خطوات عملية لفهم السعادة

خطوات عملية لفهم السعادة

تأليف: نـدا ذبيان

اسم الكتاب: خطوات عملية لفهم السعادة.

تأليف: ندا ذبيان.

سنة الطباعة: 2018.

الترقيم الدولي: ISBN 978-9933-22-129-4

جميع العمليات الفنية والطباعية تمت في:

دار ومؤسسة رسلان للطباعة والنشر والتوزيع

يطلب الكتاب على العنوان التالي:

دار مؤسسة رسلان

للطباعة والنشر والتوزيع

سوريا ـ دمشق ـ جرمانا

هاتف: 00963 11 5627060

هاتف:00963 11 5637060

فاكس: 00963 11 5632860

ص. ب: 259 جرمانا

darrislansyria@gmail.com

المقدمة

كلمة جذابة هي السعادة! نطلبها نتوق إليها، نبحث عنها في الصخب، في الوحدة، نقلب الصفحات في الأساطير، في سير العظماء، في حياة المشاهير، في الطرقات وعلى وجوه المارة، وبين المتسولين، نبحث عنها في كل نبرة، وكل دمعة، نبحث في الكتب وفي الدراسات؛ فنجدها تغرق بين موجات هذا العنف المدمر القاتل، وفي وحول الأنانية والجشع والعبودية والعنصرية...!

سنوات وأنا أبحث وأدقق في أقوال الحكماء، وأمعن النظر في تاريخ البشر، فأيقنت أن السعادة باتت اليوم مستبعدة منفية، مهشمة الملامح ؛ نحن من هشم ملامحها، من أبعدها، لتصبح من الماضي ذكريات، وللمستقبل أمنيات؛ لأن السعادة لا تطيق البقاء حيث الحروب والخوف والتمرد والاحتلال والبغاء، حيث هذه الصفوف الطويلة من الجائعين بانتظار وجبة غذاء... السعادة لا تتناغم مع الصخب والنميمة، مع أضاليل التعصب والقيود، ومع عادات واهية تلاشت منذ عهود.

أحلامنا تضاءلت؛ الإنسانية باتت من الأحلام! والأحلام تحولت إلى كوابيس! كوابيس هذا الواقع المحموم القاتم. كلنا نرزح تحت نير العبودية؛ عبودية المال والسلطة وتصديق الإشاعات...!

الحياة ومضة! هل نتخلى عنها؟ من أجل ماذا؟ من أجل أشخاص لا يهتمون لوجودنا! من أجل سماسرة لا يعنيهم غير ما لدينا من مقتنيات!

بالرغم من أن هؤلاء القتلة تركونا نغرق في التشاؤم، ورغم هذه الفوضى السائدة والواقع المتردي لم تفقد السعادة إشعاعها ولا جاذبيتها، ولم تزل خشبة الخلاص التي ستنقذ الإنسان المعاصر الحائر الخائف من الحروب ومن المستقبل المظلم، ومازالت الوهج الذي سيقضي على الكآبة الخانقة.

لنتحدث عن السعادة، لنهيم في معانيها؛لا نريد كلمات بكاء أو رثاء على سعادةٍ تغادرنا؛ لطالما تحدثنا في أشعارنا عن الحب، عن الفرح، لطالما نسجنا من خيالنا أمنيات، أحلامنا آن لها أن تتحقق، وأن لا تبقى مجرد أمنيات ورغبات. الكل يأتي بقوانينه في هذه الحياة، والناس تغرق وتغرق في دوامة فوضى الرغبات، وتتدحرج مع تيار التفاهات، وتغرق في وحول الكماليات، ولا تنتبه للتفاصيل المهمة التي توجهنا نحو بهجة الحياة. لنا رغبات جمة وربما مهمة وننتظر ! وماذا ننتظر؟ وما قيمة الانتظار لمستقبل لا نعرفه ولا ندركه! يكفينا الحاضر لنبتهج بما لدينا، نفتش عن المعرفة خارج الكوكب، وأي معرفة هذه غير الغموض ! كيف لنا أن نكتشف حقيقة وجودنا أو سعادتنا من حيث لا وجود، نفتش عن سعادتنا خارج الكوكب ولا نفتش عن إنسانيتنا، عن فطرتنا المجبولة بالخير، نحن لا نعرف من الظواهر إلا ما يظهر على السطح، نُدين نستنكر كل ما هو شائن وعنيف، نمقت حالات الغضب، ولا نعرف إطلاقاً من أين تنبع هذه الانفعالات. لا أحد يحاول أن يتحرر من هذا القلق القاتل، وهذا الظلام الذي تحكمه شياطين الأوهام. آن لنا أن نبحث عن معنى الإنسان، عن إنسانيتنا عن سر وجودنا، آن لنا أن نعثر على جواهرنا المفقودة – وإن كان بعضها قد فسد – فالمواسم الآتية مثقلة بالروعة، روعتك أيها الإنسان.

لنفتش عن السعادة وسنجدها في أماكن ليس فيها هذا الكم من السلاح الموجه نحو الرؤوس، لنفتش عنها في مطابخ ليس فيها هذا الكم من السُم المدسوس، لنفتش عنها في وفرة القناعة، وفي مساحات المعرفة، وفي عالم الإيمان حيث لا مكان للظلم أو للجريمة.

مفهوم السعادة

في الماضي البعيد قال بوذا: إن كل الآلام والأمراض التي تصيب الإنسان في الدنيا هي نتيجة أخطائه وشهواته وإهماله. وهذا مؤكد فالسعادة مستحيلة مع وجود الإهمال ودون فضيلة أخلاقية وحكمة عملية.

منذ البداية والإنسان يعمل من أجل حياة أفضل، يطلب الهدوء والراحة والأمان والاستقرار، اختلفت المذاهب والآراء في تحديد السبل المؤدية إلى السعادة، لأن النظرة إلى السعادة متغيرة وفق الحقب التاريخية، ومن الصعب تحديدها بمعايير موحدة؛ فلهذا المفهوم صلة مباشرة بطرائق العيش وبميول الأفراد، هناك مواقف متعددة حول إمكانية تحقيق السعادة؛ منهم من يجدها في المال، ومنهم من يراها في الصحة، أو في ولادة طفل، أو في تحقيق مكانة اجتماعية وغيرها. ومنذ بداية الفكر التأملي إلى يومنا الحاضر لا يزال الانشغال بهذا الموضوع محط اهتمام مختلف العلماء والفلاسفة، فالسعادة لم تزل من المسائل الأكثر أهمية، والأكثر تعقيدًا، حتى مع تطور العلوم لم تتوحد النظرة إلى السعادة، ولم تحقق هذه العلوم الحديثة – كعلم النفس وعلم الاجتماع والبحوث التجريبية – تصورات أفضل مما حققته النظريات القديمة.

قد تكون المذاهب قد اختلفت نوعاً ما في تحديد السبل المؤدية إلى السعادة، لكن معظمها قد أجمعت على أن السكينة والبعد عن التوتر هما بداية الطريق المؤدي إلى بلوغ السعادة. ومن المؤكد أن كثيراً من الناس مخطئون في تصورهم لطبيعة السعادة، فلا يمكن إقناع الناس في مسائل تتجاوز ما هو مألوف لديهم أو ما يتناسب مع ميولهم. فالبعض لن يقتنع بأن السكينة هي طريق لبلوغ السعادة ما دام قد اعتاد على حياة الصخب. وإذا قلنا القناعة مسألة أساسية تخفف من التعب

والتوجس والقلق، فلن يعجب هذا القول من يسعى لاهثاً خلف الثروات. وإذا اعتبرنا الإيمان هو الحل الوحيد للوصول إلى السعادة المطلقة، سنواجه الرفض من أصحاب بعض المذاهب الوضعية الوجودية.

الرواقية نظرت باهتمام إلى السكينة، لأنها تنطوي على الرؤية القائلة بأن أحداث الحياة العارضة لا ينبغي أن تُشغلنا، فهي أجزاء محتومة وضرورية من نظام الكون، في حين أن أصحاب النزعة الشكية قد اعتقدوا أن السكينة تنشأ عن موقف شكي إزاء مسائل متعلقة بالحياة. غير أن كل هذه المدارس قد رأت أنها استطاعت أن تتعرف على الشخص الذي يكون هادئ السريرة، وهذا الهدوء يمكن تسميته بالسكينة الروحية أو التحرر من الانزعاج، باعتبارها الحالة القصوى التي يمكن أن يبلغها شخص ما. ولكن ما اختلفت فيه تلك المدارس بشكل أساسي كان الكيفية أو الطريقة التي يمكن أن يبلغ بها شخص ما تلك الحالة على أفضل نحو.[1]

إذا كان الإنسان لديه رغبات أو طموحات فهذا لا يعني أنه دائماً يمتلك الكيفية أو الإمكانية لتحقيق رغباته. وبما أن الإنسان كتلة من المشاعر والأحاسيس فقد تتحول هذه الأحاسيس لمصدر قلق أو خوف لديه، ولما كان الأفراد يختلفون من حيث الثقافة والمعرفة والبيئة والسن والمشاعر...، لا يمكن أن نوحد ما بين الميول والحاجات والدوافع عند الأفراد، بالتالي لا يمكن أن تكون المعرفة الأولية لديهم متجانسة، وإذا كانت المعرفة تتجسد بالألفاظ أو الصور التي يستقبلها الفرد ويفسرها حسب أحاسيسه، لا حسب أحاسيس مطلقها، فالحقيقة لا تتضح إلا بالجمع والتوفيق بين كل هذه الآراء وتنسيقها وتحليلها لتثبيتها بالأدلة، الأحاسيس ليست إلا أول مراحل المعرفة وليست المعرفة الحقيقية، لأن الحواس قد تخدعنا أحياناً حتى في الأمور الملموسة، فكيف إذا كانت مسائل ومفاهيم متغيرة ومتعلقة بمشاعر آنية ومتقلبة، كحالة السعادة.

[1]- السعادة – ص 170.

يقول ديمقريطس: "إن الأشياء هي بالنسبة لي على ما تبدو لي، وهي بالنسبة إليك على ما تبدو لك، وأنت إنسان وأنا إنسان". وهذا ما يراه أفلاطون نقلاً عن بروتاغوراس: "ألا تفهم ما يقوله بروتاغوراس: إن ما تتجلى الأشياء لي كل مرة هو فقط الشكل الذي أدركها به أنا، وما به تتجلى لك أنت هو ما به تدركها أنت، من جهة أخرى، في حين أن الإنسان هو ما تكونه أنت بقدر ما أكونه أنا كذلك، وهذا يعني أن الإنسان هو أنا أنت هو هم." وحسب كيركورد:" كل فرد هو بذاته عالم له قدس أقداسه الذي لا يمكن أن تنفذ له يد أجنبية".

ولهذا لا يمكن بناء المفهوم المتعلق بالسعادة على أساس القياس، فهناك عوامل كثيرة تتحكم ببناء الشخصية الإنسانية، كالبعد العقلاني، والأخلاقي، والمعرفي. ووجود بعض الأعباء المادية أو الاجتماعية تحد أيضا من حرية الأفراد، وتحدد مدى توافقهم مع المحيط، فهذه العوامل هي التي تساهم في تحديد إمكانية سعادة كل فرد.

مشاعر الإنسان بشكل عام تبقى غير قابلة للقياس، أو لمعرفة مدى إمكانية صدقها، فالإنسان يستطيع أن يكبت مشاعره أو يتحكم بها، ومن الصعب التكهن بالمدى الذي يمكن أن تصل إليه هذه المشاعر.

والأمر لا يقتصر على تخيلات الإنسان أو قدرته على كبت مشاعره أو التحكم بها، فلا يمكن لأي شخص أن يرسم طريقه كما يشاء أو أن يتحكم بمشاعره كما يريد، فهناك حتمية ظواهر الطبيعة التي تتحكم بمصير الناس، وكذلك قضايا وظروف المجتمع المتغيرة؛ فهل سيضمن الإنسان سعادته أو استقراره ما دام وسط محيط غير مستقر؟ لأن أي خلل سيصيب التوازن في المجتمع سيؤثر حتماً على المجموعة ككل وبالتالي على الأفراد. وإذا قلنا أن مفهوم السعادة يعني الرضا عن الذات، وغياب الألم، والتمسك بالأخلاق والعدالة؛ فهل يمكن أن نضمن عدم تعرضنا لحوادث قد تسبب لنا الألم؟ وهل نضمن وجود هذه المسائل الأخلاقية والقيم لدى الجميع؟ ولكن كما قال بوذا: "أن كل الآلام والأمراض التي تصيب

الإنسان في الدنيا هي نتيجة أخطائه وشهواته وإهماله". فلا شك أن الإهمال يسبب كوارث، ولاشك أن الجهل يورث المرض، فالسعادة تسود المجتمع إذا عرف كل شخص واجباته وابتعد عن الشهوات المدمرة، وتجنب الأخطاء القاتلة.

رغم الاختلافات من حيث وجهات النظر في فهم ماهية السعادة، هناك حقيقة مشتركة واحدة، يتفق عليها كافة الناس، بأن غاية الحياة هي السعادة؛ ولكنهم يختلفون في فهم كيفية الوصول إلى السعادة، وهذا ما فسره أفلاطون:" إن السعادة هي تأمل الخير، الخير الأعظم والاتحاد به، ولكن ما هو الخير الأعظم؟" هنا الحكمة في معرفة الخير الأعظم.

أما (كانط) فقد عرّف السعادة على أنها مفهوم خارج عن نطاق العقلانية، ومفهوم السعادة لا يمكن الاستحواذ عليه من خلال العقل حسب رأي (كانط): "لسوء الحظ إن مفهوم السعادة مفهوم غير محدد، على نحو نجد معه أنه على الرغم من أن كل فرد يرغب في الحصول على السعادة، فإنه لا يمكنه أبدًا أن يبين لنا على نحو محدد وبشكل متسق حقيقة ذلك الذي يرغب فيه حقاً ويريده. والسبب في ذلك هو أن كل العناصر التي تنتمي إلى ما يشكل مفهوم السعادة، يكون المطلوب من خلالها حالة كلية مطلقة، حالة قصوى من رفاهية العيش في حياتي الراهنة، وفي كل حالة مقبلة. وإذن من المستحيل بالنسبة إلى أكثر الناس بصيرةً ومقدرة – وإن كانوا متناهين– أن يشكلوا هنا مفهوماً محدداً كما يريده كل شخص بالفعل. فهل يريد الثروة؟ فكم قدر القلق والحسد والخداع الذي يمكن أن يصيبه؟ أم الأمر هو الحياة الطويلة؟ ومن الذي يضمن أن هذه الحياة لن تكون حياة طويلة بائسة؟ أم مناط الأمر هو الصحة على الأقل؟ فكم كان غالباً عجز البدن عن إبقاء المرء بمنأى عن الاقتراب من الصحة التامة قد أدى إلى سقوط المرء. وهكذا وباختصار فإن المرء لا يكون قادراً على أن يحدد بيقين تام ما الذي يمكن أن يجعله سعيداً حقاً. لأن فعل ذلك سوف يتطلب العلم المطلق بكل شيء".

وكما يجزم (صولون الأثيني) أيضاً وهو – أحد حكماء اليونان– بأنه ينبغي على المرء أن لا يُقَيّم مقدار سعادته في وقت ما، وإذا كان من الضروري تقييم الحياة فذلك ينبغي أن يحدث عند نهاية الحياة. وكذلك ارتأى أرسطو الشيء نفسه؛ ولكن أرسطو يركز على أهمية التأمل، فالناس حسب رأيه لن يعرفوا مقدار السعادة إلا عن طريق التأمل. "إن السعادة تمتد بقدر ما يمتد التأمل، وإن السعادة تخص الناس بقدر ما يخصهم التأمل، ليس بطريقة عارضة ولكن بفضل التأمل، حيث أن هذا التأمل يكون جديراً بالإجلال والاحترام، ومن ثم فإن السعادة ستعد صورة ما من التأمل".

والروائي الشهير دوستويفسكي يدعونا أيضاً إلى حياة التأمل، فحياة كهذه يمكن أن تحقق السعادة. ويقول: "يشقى الإنسان لأنه لا يعرف أنه سعيد لا لأي سبب آخر، من يعرف أنه سعيد يصبح عظيماً في اللحظة ذاتها". وفي رواية المسكونون يقول: "حين تروي دموعك الأرض، حين تستدر دموعك بنفسك، تتلاشى كآبتك في الحال، وتجد لنفسك العزاء كله"[2]. فهو في هذه اللحظات من الحزن يتبدى له الفرح ويعيش وجوداً إنسانياً بحضور الانسجام الأبدي، ويرى نفسه على احتكاك مع الطبيعة بما فيها من توازن ما بين الحزن والفرح.

---

[2]- دوستويفسكي ص 229.

ما هي السعادة؟

يُقال أن السعادة تعني غياب الألم في الجسم والاضطرابات في النفس.

ويقول كونفوشيوس أن السعادة تسود المجتمع إذا سلك كل فرد سلوكاً صحيحاً.

أرسطو يرى أن السعادة مستحيلة دون حكمة عملية ودون فضيلة أخلاقية.

ولدى زرادشت الصدق هو السعادة، والسعادة في العقل، والعقل البشري يصل إلى الكمال بالعلم والمعرفة. والأخلاق الحميدة هي من أجل سعادة ورقي العالم.

ومنهم من يرى السعادة بالمحبة. ألبير كامو في رواية الطاعون يقول: " في داخل كل منا المحارب من أجل السعادة، ومن أجل مشاركة السعادة ومن أجل التغلب على عبثية الحياة سيجدون عبر الوقت طريقاً للسعادة يمر بالمحبة".

ومنهم من اعتبر أن الجهل سبب الشقاء، ومنهم من يرى السعادة في الحياة البسيطة البعيدة عن المظاهر والترف؛ فالترف هو الشر الأول الذي يُصدع البيوت والمدن، ومنهم من يجد التعاسة في الاستغراق بالشهوات، وهناك من يرى السعادة بإرادة القوة، القوة التي دعا إليها نيتشه.

فبعد استطلاع كل هذه الآراء أصبح من المؤكد أن السعادة هي حال الإنسان الصالح العادل المؤمن بقضاء الله وحال الإنسان الذي يعيش دون توبيخ الضمير، والإنسان المكتفي بما لديه فقناعته تشعره بالامتلاء فلا يطمع أو يلهث خلف ما لا يستطيع الحصول عليه.

وإذا كنا نريد في هذا السياق تفسير معنى الخير الأعظم الذي اعتبره أفلاطون شرطاً أساسياً للحصول على السعادة بماذا نفسره؟ وكيف يمكن التوصل إلى الخير الأعظم؟

يقول نيتشة "ما الخير؟ – كل ما يعلو، في الإنسان، بشعور القوة، وإرادة القوة، والقوة نفسها.

ما الشر؟ – كل ما يصدر عن الضعف.

ما السعادة؟ – الشعور بأن القوة تنمو وتزيد، – وبأن مقاومة ما قد قُضي عليها"[3].

نعم قد نتوافق مع هذا التفسير فالإرادة تصنع المعجزات وتخلصنا من الضعف أيًا كان هذا الضعف، وحين نتخطى العقبات نشعر بسعادة لا توصف، فالشر حقًا هو ما يصدر عن الضعف وعن التخاذل والكسل، فلا سعادة تأتي من فراغ فالعمل له ثماره والمعرفة لها نتائجها.

الفارابي اهتم بدراسة هذه الظاهرة فكان كتابه تحصيل السعادة، الذي ضمنه خطوات يمكن عن طريقها تحقيق السعادة. أولها الفضيلة حيث يمكن أن نحصل على السعادة عن طريق اكتساب الفضائل وممارستها وعلى رأس هذه الفضائل، الفضائل الأخلاقية. ويقول في هذا السياق: " السعادة هي غاية ما، يسعى نحوها كل إنسان لأنها الكمال، وكل كمال غاية يتشوق إليها الإنسان على أنها خير ما، ولما كانت الغايات التي تشوق على أنها خيرات مؤثرة، كانت السعادة إحدى تلك الخيرات؛ وقد تبين أن السعادة هي من بين أعظم الخيرات، ومن بين أعظم المؤثرات، وأكمل كل غاية يسعى الإنسان نحوها؛ إذ أنها تؤثر لذاتها، وما يؤثر لذاته أفضل مما يؤثر لغير ذاته". والمعنى كل إنسان يطلب السعادة وهو يطلبها لأنها كمال. وهذا الكمال غاية يطمح الإنسان إلى تحقيقها ويؤثرها على غيرها، ولما كانت السعادة من بين الغايات أعظمها قدراً، وأنها إذا تحققت للإنسان لم يحتج لغاية أخرى غيرها، تبين لنا أنها إنما تُطلب لذاتها، وأنها مكتفية بذاتها، من حيث أنها الخير الأقصى للإنسان، وأكمل الخيرات التي يفضلها على غيرها".[4]

---

[3]- الأخلاق النظرية ص 281.

[4]- تاريخ الفكر الفلسفي ص 257 .

ولقد ربط الفارابي بين السعادة والفضيلة وجعل من الأخلاق المرتكز لتحقيق السعادة الفردية والجماعية. ولتحقيق السعادة الجماعية تطرق الفارابي إلى دراسة المواضيع الاجتماعية المرتبطة بمصير الإنسان كالفضيلة والسياسة والجريمة. ووصف المدينة الفاضلة بأنها المدينة التي تُنال بها السعادة الحقيقية، وشدد على ضرورة تعاون الأفراد وتكاتفهم لنيل السعادة، فالخير الأفضل والكمال الأقصى ينال أولاً بالمدينة لا بالاجتماع الذي هو أنقص منها، فالسعادة تحصل بالتعاون. أما المدن الفاسقة والجاهلة فلم يعرف أهلها السعادة ولا خطرت ببالهم. السعادة حالة إنسانية يسعى كل فرد للحصول عليها، ولكي يحقق كل شخص سعادته عليه أن يسعى لتحقيق سعادة الآخرين أيضاً، فلا وجود لسعادة في مجتمع جاهل وفوضوي وغير نزيه. بمعنى: "لا تفعل الأشياء التي تجعل الآخرين تعساء، لأنهم قد يثأرون منك، ويجعلونك تعيساً؛ بل افعل – بدلا من ذلك – الأشياء التي تجعلهم سعداء، لأن ذلك سوف يزيد من الفرص التي تجعلهم يردون الجميل بالمثل".[5]

وبعض علماء الإسلام مثل أبو حامد الغزالي و الذي تعمق في دراسة مختلف العلوم ولم يستثني أي علم قبل أن يتحقق منه، وذلك لأن: "رد أي مذهب قبل فهمه والاطلاع على كنهه رد عماية". ووصل الغزالي إلى أقصى ما يصل إليه عالم في عصره؛ وبعد هذا العِلم والمعرفة وجد أن الأمل الوحيد لديه للحصول على السعادة واليقين هو الطريق نحو التصوف: " وكان قد ظهر عندي أنه لا مطمع لي في سعادة الآخرة إلا بالتقوى، وكف النفس عن الهوى، والإعراض عن الجاه والمال، والهرب من الشواغل والعلائق؛ أني علمت أن الصوفية هم السالكون لطريق الله تعالى، وأن سيرتهم أحسن السير، وطريقهم أصوب الطرق، وأخلاقهم أزكى أخلاق". السعادة عند الغزالي ليست اللذة أو الشهوة الجسدية فهذه

---

[5]- السعادة ص 149.

سعادة ناقصة طالما تتعلق بالجسد، وكلما تاق الإنسان للذات الجسدية كلما سببت له المزيد من الحاجة والألم.

وإذا أخذنا برأي جلال الدين الرومي: "تكون السعادة بالقناعة والشكر، وهذه هي حال الإنسان مع الدنيا، بعضهم يرى كوزه فارغاً مهما أترعته من متع وملذات... وهو في إقباله على ما يلذ لا يجد حدوداً ولا يشبعه حد، فكأن عقاب الله له في الدنيا يبدأ بجعله كمن يشرب من ماء البحر، لا يزيده الشرب إلا عطشاً، فكوزه فارغ مهما امتلأ، وجوعه حاضر مهما التهم وأكل، فهو لا يشعر بإشباع يجعله شاكراً"[6].

والإمام عبد القادر الجيلاني من علماء الإسلام أيضاً قد وجد السعادة في الوعظ والإرشاد والتواضع ومجالسة الفقراء وبإطعام ذوي الحاجة فقال: "فتشت الأعمال كلها، فما وجدت أفضل من إطعام الطعام، ولا أشرف من الخُلق الحسن، أود لو كانت الدنيا بيدي أطعمتها لجائع".

بينما نجد السعادة عند ابن باجة تكمن بالمعرفة العقلية، والحكمة البحثية، فهذه بالنسبة له المعرفة التي تقود الإنسان إلى بلوغ الكمال. وكذلك الأمر مع ابن سينا حيث فضل اللذة العقلية الباطنية على اللذة الحسية.

أما التعاسة عند ابن عربي فهي تتمثل في وجود حجاب من الشر والجهل يحجب رؤية الله، ورفع هذا الحجاب يعني التوصل إلى رؤية الله، وعندما يرتفع حجاب الشر والجهل يتحول الفناء إلى بقاء.

بينما ابن رشد آثر الفضيلة على السعادة، قال: "من الأفكار المضرة قول البعض أن الفضيلة طريق يصل بها المرء إلى السعادة، كأن الفضيلة ليست أمراً نافعاً في حد ذاته، ولا يعتصم بها الإنسان، ويزجر نفسه عن غيها إلا على أمل المكافئة والجزاء، فكأنه لم يعمل الخير للخير بل ليكسب أجراً مضاعفاً بالربا".

---

[6]- خلال الدين الرومي ص 117.

وحتى لا نبقى ضمن مجموعة معينة من الحكماء والفلاسفة آثرنا التوسع في البحث ليطال مراحل وثقافات متعددة؛ ولا نستغرب إذا جاءت الآراء متوافقة.

جون ستوارت مل عرف السعادة على أنها أمر مرغوب فيه، وهي الأمر الوحيد المرغوب فيه كغاية. والسعادة ليست السعادة الشخصية للفاعل بل سعادة كل من يعنيهم الأمر، سلوك الإنسان الجيد تجاه المجتمع يكفل سعادته وسعادة الآخرين. وكان ينظر إلى العدالة وطهارة النية والقيمة الذاتية للشخصية على أنها القيم الأسمى.

كانط يطلق على السعادة عبارة "الخير الأسمى" تماماً كما أفلاطون. والخير الأسمى أيضا عند كانط هو وحدة الفضيلة والسعادة، الفضيلة بوصفها الشرط الأعلى للأخلاق، والسعادة بوصفها ناتج مراعاة الفضيلة، فالسعادة والفضيلة لا تخرج الواحدة منهما من الأخرى. ولكن السعادة – حسب كانط – خارجة عن إرادة الكائن وخاضعة لوجود الله مصدر الخير الأسمى. المعرفة تُقرب الإنسان من الله فيشعر بالرضا والطمأنينة.

القديس أوغسطين وجد ما يحقق سعادة الإنسان، وهو وجود معرفة إشراقية فقال: "إن هناك نوراً أزلياً أبدياً هو الشمس و التي نستطيع من خلالها أن ندرك الحقائق، وهذه الحقائق الموجودة في النفس هي فيض من النور الأول، وهو الله. وكما أن الله هو مصدر كل الأشياء، فهو مصدر الأخلاق؛ والحياة السعيدة هي النعيم في الله، ومن أجل الله، ولا شيء غير هذه الحياة يمكن أن يسمى سعيداً، فالسعادة والحقيقة شيئان مترادفان، والذي يطلب الواحدة يطلب الأخرى، وذلك لأن مصدرهما واحد هو الله."[7] الشر عند أوغسطين هو الانصراف إلى اللذات الحسية الفانية، والمعرفة ضرورية لأنها تقودنا إلى معرفة وجود الله. أوغسطين ينظر إلى العالم نظرة متفائلة جمالية، لأن هذا العالم من صنع الله.

---

[7]- فلسفة العصور الوسطى ص 35.

وإذا عدنا إلى الفلسفة القديمة الرواقية، ولمسألة مجاهدة الرغبات غير المتحققة في التفكير الرواقي، نجدها تؤدي دوراً مهماً، فقد تساءلوا عن الكيفية التي ينبغي بها أن يتصرف المرء إزاء حالة الاستياء الناتجة عن الرغبات غير المشبعة، أو إزاء الآلام والأحزان الأخرى للحياة. فموقفهم كان يتمثل في إنكار القول بأن مثل هذه الأشياء لها أهمية، فمثل هذه الأشياء – أي الرغبات الغير مشبعة – بلا قيمة. وقد رأوا أن ما يكون له أهمية أو قيمة، هو الفضيلة والحكمة، وهذا يتوقف على فهم المرء لموضعه في مجمل سياق الأشياء. والمفروض ألا نأمل أو نحلم بالأشياء التي لن تحدث، وأن نقبل الأشياء التي يمكن أن تحدث باعتبارها أشياء محتومة، أي باعتبارها الناتج المحتوم للأسلوب الذي يكون عليه الكون. عندما يتمسك المرء بالفضيلة والحكمة، يتفهم موضعه في سياق الطبيعة، ويتقبل الأشياء المحتومة، هذا التوافق مع الطبيعة يساهم في تشكيل سعادة الشخص.

وهنا نتوصل إلى استنتاج بأن السعادة الكاملة ليست سهلة المنال، دائماً هناك معوقات تقف في طريقها. والسعادة لا تُكتسب إلا بالحكمة والجهد، ورياضة النفس أو الطرق الصوفية، وهذا لا يتعارض مع فكر نيتشه القائل أيضا بإرادة القوة. ولكي نحقق كل هذا لا بد من المعرفة لأن المعرفة والحكمة من المسائل التي تحصن الناس حتى لا يغرقوا في المتاهات التي تجعل حياتهم تعيسة.

أما عن القول بأن السعادة تتحقق عن طريق الإيمان بقضاء الله، فهذا الطريق هو الطريق الآمن والمريح؛ وهذا قول لجلال الدين الرومي يصف فيه أهمية التسليم بإرادة الله: "لأن من يدرك ماهية الوجود بأسره يصبح خالياً من كل إرادة ومشيئة، فيصل الإنسان حينئذ إلى حالة الزهد الإرادي والتسليم والطمأنينة الكاملة والخلاص المطلق من كل إرادة – حين يبلغ مرحلة الزهد – وفي هذه المرتبة العليا للحياة الإنسانية ينكر الإنسان ذاته. ويعزف عن الطبيعة كلها فلا يتعلق بأي مظهر من مظاهرها، لأن فيه تعبيراً عن إرادة الحياة، فإذا وصل بعد هذه

المجاهدة الشاقة لبدنه وطبيعته، إلى الإنكار المطلق والزهد الخالص في الوجود، استحال إلى عقل خالص ومرآة صافية باستمرار، يتجلى فيها هذا العالم".[8]

[8]- الأخلاق النظرية ص 278.

وحدة الأخلاق والسعادة

معظم الفلاسفة كما سبق وأشرنا جعلوا من الأخلاق المرتكز الأساسي لتحقيق السعادة، واعتبروا السعادة ناتج مراعاة الفضيلة، ووصفوا الأخلاق على أنها الخير الأسمى، والخير الأسمى حسب ما جاء على لسان كانط هو وحدة الفضيلة والسعادة، وكذلك حسب فلسفة أفلاطون. ولا شك بأن الأخلاق الخيرة تمنح صاحبها سعادة وارتياح، فالسعادة هي حال الإنسان الصالح العادل – كما سبق وقلنا– الذي يعيش دون توبيخ ضمير والمكتفي بما لديه فالقناعة نوع من الامتلاء والغنى النفسي.

سقراط انحصرت فلسفته في مجملها في موضوع الأخلاق، باعتبارها أهم الطرق المؤدية إلى السعادة، فالسعادة بالنسبة له أيضاً هي حال الإنسان الصالح العادل، حتى لو تعرض للظلم؛ قد يُتهم أحدهم كذباً فتنزل به المصائب، وينتصر الظالم، ولكن المظلوم رغم ذلك يبقى سعيداً بصلاحه وعدالته، بينما يشقى الظالم بغروره وجهله؛ ولا شيء يسبب التعاسة أكثر من تأنيب الضمير.

سقراط أكد على ضرورة المعرفة أيضاً فاستيعاب المبادئ الخُلقية للاقتناع بها يؤدي إلى مزاولتها، والعلم بالشر يفضي إلى تجنبه.

ولكن ما القيم الأخلاقية التي تحدث عنها الفلاسفة؟ القيم الأخلاقية صنفان: "صنف يُلتمس لذاته ويُطلب كغاية، ويكون مُطلقاً لا يحده زمان ولا مكان، وصنف نسبي ينشده الناس كوسيلة لتحقيق غاية ما، ولهذا تختلف القيم باختلاف حاجات الناس ومطالبهم"[9]

---

[9]- أسس الفلسفة ص 378.

هناك اتفاق أو اصطلاح بين الناس، في كل زمان ومكان على بعض الخصائص التي نسميها فضائل ورذائل، وهذا الاصطلاح تم التوافق عليه على ضوء التجارب والظروف التي تسود حياتهم. فالأخلاق تُعنى بالخير، وتستخدم كوسيلة لتحقيق غاية سامية، ورغبة في مستوى حياة هادئة راقية؛ وهذه المبادئ الأخلاقية العامة ليست وهماً أو ضلالاً، وليست مجرد نظريات عابرة تتغير بتغير الظروف أو الأمكنة، بل هي قيم ثابتة تتجاوز حدود الزمان والمكان. ورغم اختلاف الأزمنة والأمكنة، فالطبيعة البشرية ومتطلباتها لا تتغير مع تغير الظروف. في أي مجتمع كان إذا ابتعد الناس عن المُثل الأخلاقية ستكون الفوضى التي تحط من مستوى الإنسان العاقل إلى مستوى أدنى حياة بهيمية بربرية، لا حسيب فيها ولا رقيب، ولا تأنيب لضمير. ولا يمكن للسعادة أن تتحقق وسط التعديات والجريمة والخوف. ولهذا كانت معظم القوانين والشرائع لخدمة الإنسان وتحقيق تطلعاته لحياة هادئة آمنة وسعيدة. الأخلاق هي المُثل العليا التي تحدد استقامة الأفعال الإنسانية؛ فالأفعال المنبثقة عن هذه المُثل السامية هي الأساس الذي يبنى عليه نتائج صالحة تحقق الأمان والراحة والاستقرار.

ولكن ماذا يحصل لو اقتصر وجود القيم الإيجابية على أفراد عددهم قليل في المجتمع؟ وكيف تكون النتائج؟

وما مدى أهمية وضرورة كل تصرف أخلاقي؟. بدون المُثل الأخلاقية لا يمكن للناس أن تلتزم بمواقف إيجابية تحصنها وتمنع عنها الغواية، والاستسلام للضلال. فإذا كانت القيم غائبة عن حياة الجماعة فهذا يعني الجهل والفوضى والجريمة وغيرها، المعرفة الواضحة تسعد الإنسان بينما الغموض يدفعه إلى الحيرة والشك والتوتر والمخاطر. نشر المعرفة ضرورية، حتى في أبسط أمور الحياة، بما فيها ساعات النوم والطعام والنظافة وغيرها، والتمييز بين الأفعال الخيرة والأفعال الشريرة ضرورة أيضاً لضمان سلامة الأفراد وتحقيق سعادتهم.

أهم القيم الضامنة لتحقيق سعادة الأفراد هي:

أول الأخلاق أو القيم الضامنة لتحقيق السعادة هو **الصدق**.

الصدق هو الخطوة الأولى نحو أسس الأخلاق الفاضلة. الصدق مع النفس ومع الغير، فالصادق محترم ومحبوب، وموضع ثقة، وهذا يُسعد الإنسان الصادق شخصياً لأنه لا يخاف من مغبة كشف خباياه إذا كانت ملتبسة، ويُريح من يتعامل معه أيضاً وهذا يسهل له أموره ويقربه من قلوب الناس. بينما الكاذب لا يطال غير العزلة وسوء التقدير، وهذا يجلب الشقاء له ولغيره. والذي يتكلم بالكذب ليس إلا عاجزاً مخادعاً ومغروراً.

يقول جان بول سارتر: " الكاذب عالم كل العلم بالحقيقة التي يموَهها. فالمرء لا يكذب فيما يجهل، وهو لا يكذب عندما يذيع خطأ يكون هو ذاته قد خُدع به، أنه لا يكذب عندما يكون مخدوعاً، وعلى هذا فإن المثل الأعلى للكاذب هو وجدان وقح يؤكد الحقيقة بذاتها وينفيها في كلامه وينكر هذا النفي لذاته... الوجدان الكاذب يؤكد أنه موجود بطبعه على أنه وجود خفي عن الآخر... إن الكذب يتضمن قدرتي أن أفلت من الآخر إفلاتاً تاماً، لأن وجود الآخر ليس في آخر المطاف بالنسبة إليَ سوى وجود نفعي ووظيفي".[10]

هناك وجوه متعددة للكذب، منها التمويه والزيف في العلاقات الاجتماعية وهذا النفاق طالما وقع ضحيته كثيرون من أصحاب النوايا السليمة وتسبب بأذيتهم. وجود النفاق والخبث والوشاية الكاذبة مسائل تعرض الناس لأبشع المواقف. ولا عجب أن يقع أشخاص يتصفون بصفات أخلاقية جيدة ضحية وشاية كاذبة من مفتري فاشل. "وبازدياد قوة وتنوع وسائل الإعلام العصرية اتسعت الهوة بين القول والفعل، وصارت مخاطر ذلك على الناس هائلة، وأصبحت في أيدي من يملكونها

[10]- المواقف الأخلاقية ص 25.

وسيلة بشعة من وسائل التضليل والخداع والإبهام والتخدير. ولهذا ينصح برجسون فيقول: لا تصغوا إلى ما يقوله الناس، بل انظروا ماذا يفعلون".[11]

شوبنهور يقول: "ذوو النفوس الدنيئة يجدون اللذة في التفتيش عن أخطاء العظماء". ولهذا من الأفضل للعاقل أن لا يُشغل نفسه بما يواجه من تهكم وسخرية، فالتهكم هو ضرب من الخبث، لأن السخرية التي يعتمدها المتهكم غالباً ما تنقلب ضده، فالسخرية لا تطال إلا الناطق بها.

وكما قال (رسل) عن الفاشلين الذين يصرفون طاقاتهم في نشاطات غير موضوعية وفي التهكم والتحقير والحسد: "فهم لا يستطيعون بناء دارهم الخاصة أو ترتيب بستانهم الخاص أو توجيه عملهم لإنتاج ما يدفعهم إليه اختيارهم الحر، وهكذا تُلجم غريزة الإبداع المفترض فيها أن تقود إلى حياة العقل وتُرمى جانباً، ولكنها غالباً ما تجد في حب الدمار المنفذ الوحيد الذي يبقى مفتوحاً أمام النشاط الفعال. فمن هزيمتها يولد الحسد ومن الحسد ينمو الميل إلى قتل الروح الإبداعية في الناس الأكثر سعادة. هذا هو أحد أكبر مصادر الفساد في حياة الغريزة".[12]

حين تكون الأخلاق حميدة لدى المرء، لن يهتم بما يُقال عنه، وسيتعالى عن الصغائر ولن تحبطه السخرية، ما دام قادراً على تحقيق أهدافه المنسجمة مع ميوله السامية.

ومن الصفات الحميدة أيضاً **الإقدام والشجاعة.**

الشجاعة هي نوع من الإثارة المفرحة، وهي أيضاً رفض كل ما هو مبتذل. وهي عكس الوهن وهو فقدان الحس بالواقع، والشجاعة الإيجابية يلزمها إرادة حرة وتبصر بالعواقب، هنا يجب التمييز بين التهور والشجاعة، فالتهور قد ينتج عنه أعمال شريرة لا تعبر عن أي معنى أخلاقي، بينما الإقدام هو فضيلة أخلاقية،

---

[11]- الأخلاق النظرية ص 198.

[12]- أسس لإعادة البناء الاجتماعي ص 172.

تعتمد على ثقافة الواجب، فالواجب الاجتماعي يعطينا حافزا لعمل الخير وهذا الحافز يمدنا بالقوة والاندفاع. والشخص الذي تنقصه الشجاعة يبقى متذبذباً، بينما الشجاع يعمل على تأكيد ذاته وتحقيق رغباته. وحين لا يستطيع الإنسان تحقيق رغباته بسبب نقص الشجاعة أو التذبذب يُصاب بالإحباط، فتنتاب المحبط نوبات من اليأس والسخط على المجتمع، الوسط الذي يرتبط به المحبط أشد الارتباط، وهذا الأمر قد يولد العدوانية أو اضطرابات نفسية تجر إلى الشقاء، بينما الشجاع يزداد عنده النشاط والتفاعل والتوافق مع المحيط.

ومن القواعد السيئة التي تحكم الناس وتسبب لهم عدم التوافق الاجتماعي بعض العادات الخاطئة.

وهذه المظاهر تجري بأمثلة مختلفة منها حب التباهي أو التفاخر، ويبذل الناس جهوداً كبيرة للتوافق معها. هناك عادات وتطلعات بشرية تتحول أحياناً إلى نوع من الغطرسة والانغلاق؛ مثلاً رسل يتحدث عن نموذج لظاهرة موجودة بقوة في مجتمعاتنا وهي التعليم : "يتمنى أصحاب الحرف أن يرسلوا أولادهم إلى مدرسة خاصة على الرغم من أن التعليم الذي سيتلقونه هناك لا يُفضل على تعليم مدرسة حكومية، كما أن الرفاق الذين سيتعرفون عليهم في هذه المدارس هم أكثر أذية ولكن الكبرياء قد حكمت بأن المدارس الخاصة هي أفضل، وليس من هذا الحكم إفلات، ما يجعلها أفضل كونها أغلى. ويبذل الناس في تحقيق هذه الغاية جهوداً كبيرة".[13] وهذا واقع لا يمكن نفيه فهو موجود. قد يُحرم الأطفال من معظم الكماليات، وأحياناً الأساسيات التي تساهم في تحقيق سعادة طفولتهم، فقط من أجل المظاهر. والأكثر من ذلك، باتت التربية في المنزل والمدرسة تقتصر على النظر إلى النجاح في الدراسة، وتحصيل العلامات الجيدة، للوصول إلى اختصاصات يعتبرها العرف مميزة وذات مكانة مرموقة كالطب والهندسة وغيرها،

---

[13]- أسس لإعادة البناء الاجتماعي ص 96.

رغم أن الأطفال قد تكون لديهم ميول مختلفة تماماً، وهذه الاختصاصات المفروضة عليهم قد تسبب لهم الهم والقلق والضغط في المستقبل؛ ولكن الأهل يصرون عليها، وكأن بعض الاختصاصات الأخرى غير ضرورية لحياة الناس، ويمكن التخلي عنها وتجاهلها. وهذا احتقار واضح لمعظم المهن والحرف الإبداعية؛ وهنا تفقد التربية مهمتها الأساسية، وهي تنمية الإبداع والتميز، فالحيوية الفكرية أو الذكاء بالنسبة للبعض مرتهنة ببعض المسائل في الرياضيات والفيزياء واللغات، دون غيرها من علوم التربية الاجتماعية ومهارات التواصل وعلوم الأخلاق. وكم مرة نُصاب بالدهشة حين نقابل بعض من وصلوا إلى أعلى مراتب العلوم ونجدهم عاجزين عن تدبر أبسط أمور معيشتهم بسبب جهلهم بالأمور العملية الضرورية لحياتهم وحياة أسرهم. وكم من أم متعلمة تشغل أعلى الوظائف الإدارية ولكنها تفشل في إدارة أمورها اليومية، وتعتمد على خادمتها في تنظيم أمور المنزل والأطفال.

وهناك ظاهرة أكثر خطورة من ظاهرة التعليم وهي ظاهرة الزواج، إن كثيراً من الناس لا يسألون عن سمات الزوج وطباعه أو عن طباع الزوجة بل يسألون عن المركز الاجتماعي والمستوى الاقتصادي، ويتسابقون إلى إقامة حفلات الأعراس على سبيل التباهي بين الناس، وسرعان ما ينهار هذا الزواج بعد إزاحة الستار عن كل هذه القشور المادية. فالمزايدة أصبحت سمة واضحة في سلوك الجماعة. قد يرضى الفرد بأشياء لا تتوافق مع ميوله فقط من أجل المظاهر، وهذه قمة الإحباط والتعاسة. ولهذا نجد في المجتمع مجموعات غير متجانسة فكرياً ومن عدم التجانس تنشأ الصراعات.

هذه بعض النماذج المحدودة والقليلة من بين عشرات النماذج التي تُعبر عن مظاهر اجتماعية فارغة، لا تؤدي بالناس إلا إلى التوتر والضياع واعتماد طرق مختلفة لتحصيل المال حتى لو كانت طرق جمعه لا تؤدي إلا إلى القلق والإرهاق، بدل الفرح والخير والرضا. الحياة المدنية الحديثة وما فيها من

مستجدات ساهمت بشكل مباشر في تغيير عادات وسلوك كل الأفراد – وخاصة مشاهد العنف والحروب – وأصبح الإنسان لا يحتمل أحياناً كلمة، وسرعان ما يضجر ويتوتر ويُحبط. ولا يمكن تحقيق أي سعادة دون العودة إلى حياة بسيطة بعيدة عن المظاهر والترف والعودة إلى فضيلة القناعة.

السير خلف المظاهر هو نوع من الغرور والجهل وثقافة فارغة، أحياناً يكون لدى بعض الناس الكثير من الصفات المحمودة كالذكاء والقوة والجمال ولكن حين يصيبهم الغرور يدفع بهم نحو التكبر والافتخار وطلب الرياسة على من حولهم وهذا الاستكبار والتعالي ضرر للمتكبر ولمن حوله.

" إذا كان فرع الشجرة محملاً بالثمار، فإن تلك الثمار ستحنيه، أما الفرع الذي لا ثمر عليه فيظل رأسه مرفوعاً، الرجل العارف العالم هو رجل محمل بثمار المعرفة، وهو رجل ينحني بفعل الثمار التي يحملها، فالتواضع دليل المعرفة والكبر دليل الجهل، وكلما ازداد المرء علماً وإدراكاً لحقيقته ومكانه في الكون وبين الناس، كلما ازداد تواضعاً، وكلما ازداد جهلاً وإدراكاً مريضاً لحقيقته ومكانه في الكون وبين الناس كلما ازداد تكبراً وتعالياً. الشعور بالكمال هو عين النقص".[14]

الغرور دليل نقص يحاول المغرور تعويضه، والغرور عكس النبل الذي يُعتبر من أهم الفضائل الأخلاقية، وكلما ازداد الغرور عند الإنسان كلما أصبح تافهاً مقيتاً غير محبوب من الآخرين. بينما التواضع فضيلة؛ ولكن شرط أن لا يصل إلى حد الخضوع، المهم أن لا يتحول التواضع إلى وضاعة. وأن لا تتحول عزة النفس إلى عجرفة وغرور.

عن التواضع يقول رينيه ديكارت: "وهكذا فإن أنبل الناس اعتادوا أن يكونوا أكثرهم تواضعا... والمتعجرفين يحاولون أن يحطوا من شان كل بقية البشر... أما بخصوص الحقارة، أو التواضع الشائن فهي على نقيض مباشر للنبل، وغالباً ما يحصل بأن الذين يملكون أحقر النفوس هم أكثر الناس تغطرساً وتعالياً. كما أن

---

[14]- جلال الدين الرومي ص 222.

أكثر الناس نبلاً هم أكثر الناس تواضعاً. ولكن في حين نرى أن أولئك الذين لهم نفس قوية ونبيلة لا يغيرون البتة من مزاجهم أمام ما يحصل لهم من نجاحات وازدهار أو معاكسات وفشل".[15]

هذه نماذج عن بعض الفضائل الأخلاقية التي تمنحنا القوة والحصانة؛ "والفضيلة هي أعظم علاج ضد الانفعالات... وبالتالي فإن لها علينا سلطة أقوى من سلطة الانفعالات التي تختلف عنها ونصادفها معها، فقد كان من المؤكد حين يكون لدى نفسنا دوماً ما يكفيها ويرضيها في أعمق أعماقها بأن جميع الاضطرابات التي تأتيها من الخارج لا تملك أية قدرة على الضرر بها، بل أن هذه الاضطرابات تنفع في زيادة فرحها، فذلك أنه حين ترى أن هذه الاضطرابات لا تستطيع أن تسيء إليها فإن الأمر يجعلها تعرف مدى كمالها. ومن أجل أن تمتلك نفسنا ما يرضيها ويكفيها فهي لا تحتاج إلا إلى اتباع الفضيلة بالضبط... ذلك أن من يتبع الفضيلة فإنه يتلقى بالمقابل رضا على درجة من القوة تجعله سعيداً وتجعل أعنف جهود الانفعالات لا تملك ما يكفي من مقدرة لإزعاج هدوء نفسه"[16].

---

[15]- انفعالات النفس ص 99.

[16]- نفس المرجع انفعالات النفس ص 90 .

ما الذي يمنحنا السلام؟

الضمير وهو أساس الحكم على أعمالنا وهو الذي يمنحنا السلام، فالضمير من أهم المسائل الأخلاقية المؤدية إلى دروب السعادة الحقيقية. الضمير هو ملكة للحكم والتمييز بين الخير والشر، ويعمل على تقدير الذات ومنحها الراحة والهدوء حين تكون خيرة؛ ويعمل على تأنيبها وتعذيبها حين تكون شريرة، أو حين ترتكب فعلاً تندم عليه. كما يقول القديس توما الأكويني: "الضمير هو – على نحو ما – الحكم الصادر من العقل" فهو يُصدر الأحكام على الأفعال، وهذه الأحكام ليست مزاجية أو عبثية بل هي خاضعة لقواعد السلوك الجماعي، الذي ولد فيه الفرد وخاضعة للمعتقدات السائدة في مجتمعه. دوركهيم عالم الاجتماع يقول: "حين يتكلم الضمير فالمجتمع كله يتكلم فينا".

والشقاء عند أوريجين الاسكندري مصدره عذاب الضمير؛ ففكرة العقاب الذي ينزله الله بالخاطئ هذا يجعله يستحضر في ذاكرته خطاياه كلها دفعة واحدة، "فتشعل هذه الذكريات ضرباً من الحمى، تولد في نفسه حزن عميق". الإمام علي قال: "يوم المظلوم على الظالم أشد من يوم الظالم على المظلوم".

مفهوم الضمير لا يختلف كثيراً بين الناس، ولكن المعايير المتبعة تعطي تبريرات مختلفة للأفعال. المهم في هذا الموضوع هو عندما يشتد تأنيب الضمير يشعر الإنسان بالعار وعدم الرضا عن الذات، والسخط على فعلٍ ما، فالماضي لا يمكن تغييره وما حدث قد حدث وسيبقى الفعل يلاحق فاعله ليحرمه من السكينة والراحة لأنه انتهك قاعدة أخلاقية معينة.

"إن تأنيب الضمير هو نوع من الحزن يأتي من الشك الذي ينتابنا من أن شيئاً نفعله أو قد فعلناه ليس جيداً ولا حسناً، وهو يفترض بالضرورة الشك، لأننا لو كنا

متأكدين كلياً بأن ما نفعله كان سيئاً لامتنعنا عن فعله، خصوصاً وأن الإرادة لا تميل إلا إلى الأشياء التي لها مظهر من مظاهر الطيبة. ولو كنا متأكدين من أن ما فعلناه كان سيئاً لانتابنا بسببه الندم لا التأنيب فحسب. والحال أن منفعة هذا الانفعال هو أن يضطرنا لأن نتفحص إن كان الشيء الذي نشك فيه جيداً أو سيئاً، أو أن يمنعنا أن نفعل هذا الشيء مرة ثانية، حين لا نكون متأكدين من أنه حسن وجيد. ولكن لما كان هذا الانفعال يفترض سابقاً وجود الشر، لذا فإن أفضل شيء هو ألا يكون عندنا أبداً أي داع يدعونا للإحساس به، هذا ومن الممكن أن نحتاط منه بالوسائل نفسها التي نستطيع بواسطتها التخلص من التردد... إن الندم هو نقيض الرضا عن الذات، وهو نوع من الحزن يأتي من أننا قد ارتكبنا عملاً سيئاً معيناً، وهو حزن مر المذاق لأن سببه لا يأتي إلا منا".[17]

[17]- انفعالات النفس ص 108. 113.

بالمعرفة نتجنب الشقاء

المعرفة من الأمور الأساسية لتجنب الشقاء، فالمعرفة تتيح لنا التمييز بين الصواب والخطأ، ولكن إلى أي مدى يمكن للإنسان معرفة حقيقة الأشياء؟ حين يكون محاصراً بالكذب والتضليل؟ وما الفرق بين المعرفة الحقيقية والمعرفة المزيفة التي تخدع الشخص الجاهل؟ وإذا كانت السعادة لا تتحقق إلا عن طريق المعرفة، فما هي مواصفات الإنسان العارف؟. وما الفرق بين المعرفة وبين الجهل والتعصب الأعمى؟.

كارل ماركس يقول: "إن الإنسان صانع تاريخه، والمعرفة عنده وليدة النظم القانونية والمذاهب الأخلاقية التي يعيش الفرد في ظلها، والتعليم والتربية التي تلقاها في حياته. والمعرفة هي نقطة بدء لنشاط الإنسان، وهي القوة الدافعة باتجاه التغيير. وتكون المعرفة حقيقية إذا استطاعت أن تحقق الأهداف المطلوبة. وإذا كان هدفنا في هذا المجال هو التوصل لتحقيق السعادة لا بد من معرفة إنسانية حقيقية لها منفعة في الحياة".

المعرفة الواضحة تسعد الإنسان بينما الغموض يدفعه إلى الحيرة والشك والتوتر والمخاطر. المعرفة ضرورية حتى في أبسط أمور الحياة، بما فيها ساعات النوم والطعام والنظافة وغيرها. فالمعرفة لا تتوقف على الموضوع الذي نريد معرفته فقط، بل على كل المواضيع الحياتية، وعلى مستوى الوعي والإدراك عند من يريد أن يعرف. الإدراك يختلف باختلاف الأفراد، أو الأوضاع، فالحواس لا تستطيع معرفة أكثر من الظواهر، والعقل يعمل على التحليل والاستنتاج، ولكن هذه الاستنتاجات العقلية تصبح غير دقيقة إذا لم تتوفر العناصر الأساسية والضرورية في عملية الاستنتاج، واستخلاص النتائج؛ ومن العناصر الضرورية للمعرفة القدرة

على التحليل وسعة الاطلاع، وهذا يبعدنا عن تصديق الأوهام. المهم هو الفطنة العملية التحليلية والنظرية معاً، لأن المعلومات المخزنة بشكل تلقين تُنسى بسرعة مع مرور الأيام، وإذا كان الإنسان لا يمتلك الفطنة والقدرة على التحليل يكون مثل الذي يمتلك كامل الأدوات للمعرفة ولا يعرف كيفية استخدامها.

وحسب قول أفلاطون: "الحكيم والجاهل كلاهما يسعى إلى الخير ويريد السعادة لكن الحكيم فقط يعلم حقيقة الخير بينما الجاهل لا يعرف غير الظواهر فقط ولهذا يسهل استغلاله". ويقول فيثاغورس: "الجهلة والأغبياء يسخرون من ذلك الذي لا يستطيعون فهمه" جميل أن ننظر إلى الأفعال لا إلى القشور والمظاهر الواهية، ونتخذ القدوة من أشخاص شجعان أذكياء، فالشجاعة هي رفض كل ثقافة دخيلة وغير منتجة.

وجاء في القرآن الكريم التحذير من الجاهل (خذ العفو وأمر بالعُرف واعرض عن الجاهلين) (الأعراف 199). وقال النبي (ص) عن الجاهل: (صفة الجاهل أن يظلم من خالطه، ويتعدى على من هو دونه، ويتطاول على من هو فوقه، كلامه بغير تدبر) وما الكفر إلا المرادف للجهل، ومعنى الكفر في اللغة الغطاء الذي يحجب المعرفة. يقول إخوان الصفاء: "إذا استغرقت النفس في الجهالة تغطى عليها أمر ذاتها، وذهل عليها معرفة جوهرها، وتنسى مبدأها، حتى تبلغ من جهالتها ألا تعلم بأن لها وجوداً خلواً من الجسد كما يظن ويقول كثيرٌ إن الإنسان هو هذا الجسد الطويل العريض المؤلف من اللحم والدم؛ ولا يدرون أن مع هذا الجسد جوهر آخر وهو المحرك له وهي النفس، ومن لا يعرف جوهر النفس فهو لا يعرف شيئاً من الأمور الروحانية ولا يتصورها، وإذا سمع ذكرها أنكرها لشدة استغراقه في بحر الهيولى وظلمات الجهالة".[18] الجاهل هو الذي يشقى بسبب جهله، ومن يعتمد على قدراته الجسدية أو المادية فقط لا يمكنه أن يتحرر من الخوف والشقاء، لأن الفضيلة ملكة صادرة عن العقل والحكمة، والجهل صادر

[18]- إخوان الصفاء ص 197.

عن فعل إرادي أيضاً لأن الجاهل بقي جاهلاً باختياره ولم يسعى لتطوير وتثقيف نفسه. ولهذا تكون الأفعال الصادرة عن الجهل أفعالاً إرادية ولكنها خاضعة للحواس والغريزة، لا للعقل، الجاهل هو الذي لا ينطلق في تفكيره إلى ابعد من وجود حقيقة مخيفة – حقيقة الفناء – فيبقى في خوفه بسبب هذه ألأفق الضيقة من التفكير.

موضوع الأخلاق هو كل الحياة. الأخلاق غاية وطريقة للتصرف السليم لتجنب المنزلقات ولتحقيق أكبر قدر من السعادة للناس.

لا شك أن المعرفة تحد من الأخطاء وتوجه الناس نحو الصلاح، وتحقق طمأنينة النفس، وتحرر الناس من مخاوفهم، ولكن المشكلة هذه السيطرة العمياء على عقول الناس، مع الانفتاح على كل الثقافات ومع وسائل التواصل وسهولة نقل الخبر، فلم يعد في عصرنا معرفة صافية لا تخضع لسلطة، أياً كانت هذه السلطة!.

خطوات عملية باتجاه السعادة

1- قبول الذات كما هي:

حين يعي كل إنسان حدوده وإمكانياته وقدراته ويعمل على اكتساب ما ينقصه من معرفة حينئذ فقط يستطيع أن ينطلق ويتقدم.

الكل يسمع عن المعجزات التي تحصل في حياة الناس، حالات شفاء من أمراض عُضال، أو تحقيق مكاسب أو مكانة... هذا كله يحصل بسبب الإدراك الواعي، والتركيز على الهدف المراد تحقيقه، لا بسبب الحظ أو ما شابه. ولا يهم من تكون لتصل إلى تحقيق أهدافك، أو من أين تكون، المهم هو مقدار الفهم ومعرفة قدرات الذات وإمكانياتها، وعدم المبالغة بالمطالب.

الأهداف الواقعية هي التي تتحقق، لا الأهداف المستحيلة. أبيكتوس فيلسوف رواقي روماني كان يعتقد أنه لا ينبغي أن نُنشد أن تَسير الأمور كما نشتهي، بل ينبغي أن نرضى بها كيفما وقعت وعلى أي صورة جاءت.

وهذا يؤكد صحة المقولة بأن القناعة كنز لا يفنى.

نحن ولدنا لنكون مختلفين، ولو شاء الله أن نكون كلنا نسخة واحدة لكان ذلك. ولهذا كان لكل شخص سماته ودوره في الحياة.

حين خُلقنا لم يكن شكلنا أو لوننا أو صفاتنا من اختيارنا، حتى جيناتنا وقدراتنا، ولهذا لا بد من الامتنان على كل ما نحن عليه وما نمتلك من مواصفات، لأن كل ذلك كان بمشيئة الله.

وعلينا أن لا ننتظر سماع آراء الآخرين فينا، تكفينا ثقتنا بأنفسنا. ومن الملفت أن المقارنة بين الذات والآخرين هي من مسببات التعاسة.

وعلى رأي فيثاغورث: "هكذا أنت لا تنتظر تصفيق الأيادي وصيحات الثناء كي تقوم بواجبك. نعم أفعل الخير اختيارًا وستكون محبوبًا كما تُحَب الشمس."

وحسب المهاتما غاندي: السعادة هي أن يكون ما تفكر فيه، وما تقوله، وما تفعله، منسجماً. فإذا توافقت أفكارك مع أفعالك، فإن ذلك هو السعادة الحقيقية.

ويقول زينون الرواقي: "إن الحكيم غني حتى لو كان شحاذاً، حتى لو كان مشوه الخِلقة، نبيل حتى لو كان عبدًا... والحكيم وإن استشعر الآلام فإنه لا يقشعر منها... وينظر إلى آلامه من علو، وهو لا ينساق وراء الانفعال، وثباته يحميه من الاندفاع أو الانهيار أو التأثر، الغالب أن جسمه ينقبض تحت الضربات ولكن روحه تظل منفتحة. وأية إهانة أو ظلم هو لا يعبأ بهما، بل يسمو فوقها ولا يعبأ بالآلام ولا بالأحداث العارضة ولا بالموت لأنه لا مفر منه". [19]

عندما يتوقف المرء عن التذمر ويقبل بهدوء ما لا يستطيع تغييره أو ما لا يستطيع السيطرة عليه، عندها لن يُصاب بأي نوع من الكآبة، بل العكس، فهو سيعمل ضمن إمكانياته المتوفرة على الخلق والابتكار، وأحياناً ينطلق من لا شيء، وهذه الانجازات حين تتحقق تكون قمة السعادة. والتاريخ حافل بأشخاص سعداء حققوا مرادهم رغم إمكانياتهم المتواضعة. وبالعكس، فالتاريخ حافل أيضاً بأشخاص لديهم قدرات هائلة ولكنها مهدورة، ولهذا ينتابهم القلق ولا يكفون عن الشتم والتذمر والحسد والتهكم، وهذا هو الشقاء. "الجرأة الأعظم تتمثل في رفض ما يجاوزنا. وأن المراتب الاجتماعية تخدعنا أحياناً لأنها تحثنا على أن نصعد درجات لن نعرف بعدئذٍ كيف نستطيع النجاح فيها... فنحن إنما نُسهم في الوجود على نحو محدد دوماً. وليس بنافع في شيء أن نتسلق السموات. وحين حسب (آدم) إنه يمكن أن

[19]-أنظر الأخلاق النظرية ص 258 .

يغدوا شبيهاً بالإله لم ينجح إلا في هدم هذا الوضع المحدد النهائي السعيد الذي كان يتيح له أن يخاطب الإله السرمدي."[20]

2- الإيمان:

في العالم حركة قوية ترمي إلى الرجوع للإيمان الديني لتحرير الإنسان من القلق ومن الفوضى والانحطاط الأخلاقي. فالدين يدفع باتجاه الخير، ولا يزال الوازع الأول الذي يحد من ارتكاب المعاصي، ويعمل على تغيير النماذج الاجتماعية، فالدين شخصي إلى حد ما واجتماعي إلى حد آخر. وفي كل الأديان يعمل الناس على مراعاة المثال الخُلقي الأعلى المطلوب، والنظرة إلى الدين تمثل النظرة إلى الخير الذي يساعد الناس على قهر الشر، وعندما يُقهر الشر سيشعر الإنسان بالغبطة القصوى. وهذه الغبطة التي يمنحها الدين تساعد على مجابهة الصعاب والصبر عليها. وفي هذه الحالة من الغبطة لا يكون الواجب الديني عبئاً، بل يُصبح الواجب فرحاً. لا شيء مثل الإيمان يبعث في النفس قوة وطمأنينة لا تتأثر بالمنازعات والخسائر في حياتنا. والواجبات الدينية لا تختلف كثيراً من دين إلى آخر وكل الأديان تجعل سعادة وخلاص الإنسان في الصلاح." إن الاحتكاك بهذا العالم الخالد يبعث قوة وطمأنينة هادئة لا يمكن القضاء عليها، هذا التأمل السعيد بما هو خالد هو ما يسميه سبينوزا بالحب العقلي لله، إن هذا الحب لمن عرفه مرة واحدة هو مفتاح الحكمة".[21] ولا فرق بين الدين والمعرفة، فالعارف هو المؤمن كما جاء في القرآن الكريم (أولئك تحروا رشداً). ومن غير الإيمان والمعرفة يقع الإنسان في الشكوك والحيرة. وعن قول للنبي (ص) "من أخلص العبادة لله أربعين يوماً فتح الله قلبه وشرح صدره وأطلق لسانه بالحكمة ولو كان أعجمياً غُلفاً".

---

[20]- المواقف الأخلاقية ص 182- 184.

[21]- أسس لإعادة البناء الاجتماعي ص 197 .

وإذا أخذنا آراء مؤرخ معاصر مثل توينبي حيث يقول: "الذين يعتبرون الأديان سرطانات مخطئون، فإن السرطان الحقيقي هو أن تحل المذاهب أو الإيديولوجيات السياسية محل الأديان، لا أن تحل الأديان محل الإيديولوجيات، إن سيطرة الإنسان على الطبيعة ليست أكثر أهمية من إثراء الجانب الروحي فيه. ولا أمل في استقرار السلام أو طمأنينة الإنسان إلا بالاستناد إلى الدين". وإذا نظرنا إلى الحضارات نجد أن الدين هو الظاهرة الأهم في حياة كل الشعوب. وخلاصة القول أن نظرة التشاؤم السائدة في مجتمعاتنا اليوم تعود إلى عدم إشباع الجانب الروحي، والجانب الخُلقي في حياة الإنسان.

أوزفلد شبنجلر المتخصص في العلوم الطبيعية والرياضية يُعد كتابه "انحلال الغرب" الذي صدر عام 1920 من أهم كتبه وهذا الكتاب أثر بتوينبي تأثيراً بالغاً ويقول في كتابه: المطلوب للتقدم ولاستمرار سعادة البشر التركيز على أهمية القيم، وكبح جماح النفس، والتخلي عن الطمع للحد من الشر. والتدهور في المجتمعات يحصل بسبب انعدام الابتكار الفني وبسبب السيطرة المادية والاتجاهات اللادينية . إن عصراً تسود فيه الآلية وتسيطر عليه الاتجاهات اللادينية هو عصر تدهور واضمحلال. وهذا الرأي يتقاطع أيضاً مع رأي "كانط " الذي يرى أن اختلاف الأديان لا يمكن أن يحول دون السلام العالمي، طالما أن الأديان كلها تنتهي إلى الاعتراف بالألوهية.

عندما يتجه الإنسان نحو الله ينسجم مع ذاته ويتوافق مع كل ما حوله، حتى وإن كانت في حياته منغصات، وكل الأمور الدنيوية تصبح غير ذات أهمية في حالة الإيمان، والمؤمن يصلي من أجل الله فقط ينشد الخير أكثر مما ينشد الرغبات. وعن قول للنبي (ص): علامات الشقاء إحدى عشر: أن يكون حريصاً على جمع المال، وأن تكون همته في الشهوات ولذات الدنيا، وأن يكون فاحشاً في القول ومكثاراً للغيبة، وأن يكون متهاوناً بالصلوات الخمس، وأن تكون صحبته مع الفجار، وأن يكون سيء الخُلق، وأن يكون مختالاً فخوراً، وأن يكون مانعاً لمنفعة

الناس، وأن يكون قليل المرحمة للمؤمنين، وان يكون بخيلاً، وأن يكون ناسياً للموت. – يعني أن الرجل إذا كان ذاكراً للموت لن يتمسك بالأمور المادية بل سيعمل من اجل الآخرة–

وعلامات الشقاوة ستة: الإعراض عن الحق وطلبه، والإصرار على المعاصي من غير ندم عليها، والحرص على الدنيا حلالها وحرامها، وإتباع الهوى، والتقليد، والبدعة.

وعلامات السعادة ستة: الإقبال على الله وطلبه، والاستغفار من المعاصي والتوبة إلى الله، والقناعة باليسر من الدنيا وطلب الحلال منها، وإتباع السنة ، واجتناب البدعة، ومخالفة الهوى.[22]

وقال الإمام علي: "أسعد الناس من ترك لذة فانية للذة باقية. وأعظم الناس سعادة أكثرهم زهادة".

3- التقرب من الله:

يقول اسبينوزا حول اتحاد الإنسان مع الله: "أن هذا التحول هو انتقال من حب البدن والبدن فان، إلى حب الله والله روحي خالد" ويقول في كتاب "الأخلاق": إن التحول أو النجاة يكون من مستوى الزمان إلى مستوى السرمدية، وهو انتقال من حال من أحوال الوجود نكون فيها على علاقة بمكان معين وزمان معين، وخاضعين إلى فعل الأسباب الخارجية، إلى حال آخر للوجود نكون فيها على علاقة مباشرة بماهية الله السرمدية اللامتناهية. والاتحاد بين المتناهي واللامتناهي يعني أيضاً خلود النفس، والسعادة والحرية ذلك أن فيه تبقى الحياة خالدة، الحياة التي يتصف بها الله نفسه. وهذا الاتحاد سعادة وغبطة لأن فيه ينبثق الرضا

---

[22]- الإسلام سبيل السلام ص 193.

التام."[23] عندما يتجه الإنسان نحو الله ينسجم مع ذاته ويتوافق مع كل ما حوله، وتصبح صلاته من أجل الله فقط، وليس من أجل أمور مادية، ينشد الخير من أجل الخير فقط، وأثناء الصلاة يشعر المؤمن بأن حب الله هو السعادة المطلقة، وهذا الانغماس يُفقد المصلي أي رغبة أو نزوة مهما كانت، فلا يبقى أمامه سوى الانغماس في حب الله، هذا الحب المطلق وهذه المعرفة لله تجعله يبلغ أعلى درجات السعادة وهذا النور الذي يملئ الشخص المتحد مع الله يعطيه نشوة دائمة وليس حالة عابرة. هناك خبرات كثيرة حصلت مع أشخاص اختبروا هذه النعمة مثلاً الخبرة التي حصلت مع القديس سيرافيم الساروفي الذي عاش في مطلع القرن التاسع عشر مع أحد تلاميذه. قال له التلميذ: "لا استطيع أن أنظر إليك يا أبت، لأن عيناك تشرقان كالبرق ووجهك صار أشد لمعاناً من الشمس والنظر إليك يؤذي عيني" فأجابه سيرافيم "لا تخف ففي هذه اللحظة بالذات صرت مشرقاً مثلي وأنت الآن في ملئ روح الله، وإلا لما استطعت أن تراني كما رأيتني" وسأله سيرافيم "ماذا تشعر" فأجاب التلميذ "سعادة تفوق الحصر. أشعر بهدوء وسلام في روحي ، لا أجد كلاماً للتعبير عنهما" عندئذ قال له سيرافيم: "إنه يا صديقي السلام الذي تكلم عنه الرب لتلاميذه: سلامي أعطيكم إنه السلام الذي لا يستطيع العالم أن يعطيه. إنه السلام الذي يفوق كل إدراك... عندما تنزل روح الله على إنسان وتغلفه بملء حضوره تفيض الروح بفرح لا يُعبر عنه. وإذا كانت أولى ثمار الفرح الآتي ملئت روحك بهذه الحلاوة وهذه السعادة، فماذا عن فرح ملكوت السماء الذي ينتظر كل من يبكي بصدق هنا على الأرض."[24]

الفيلسوف ليبنتس يعتبر العالم الفعلي الذي خلقه الله هو أفضل العوالم الممكنة.

ديكارت يقول:" إن هناك أمور تتجاوز نطاق إرادتنا وحريتنا وقدرتنا فالمرض والموت والجاه والثروة وأحداث العالم الخارجية الطارئة من زلازل وصواعق...

---

[23]- الأخلاق النظرية ص 265.

[24]- المقدمة في فلسفة الدين ص 156.

أمور خارجة عن نطاق إرادة الإنسان وتفكير الإنسان بشأنها لا طائل منه، لأن ذلك يتعلق بإرادة الله ومشيئته المطلقة، وإذا عرف الإنسان ذلك فمعنى هذا أن عليه التسليم بإرادة الله، مما يستتبع الرضا والطمأنينة النفسية، حتى أن النفس الراضية المطمئنة إلى قدر الله وقضائه في كل الأمور الخارجة عن نطاق القدرة الإنسانية لا تولد السعادة الداخلية في أعماق الذات الفردية فقط، وإنما قد تولد الفرح والحب الإنساني الذي يتبدى على مظاهر الجسم الخارجية وصورته وكذلك بالكرم مع الآخرين والإحسان إليهم."[25]

ومن الخبرات والخوارق التي حصلت أيضاً، واعترافات كثيرة لأشخاص اختبروا سعادة قصوى لا توصف مثلاً: القديس أوغسطين وصف حالة السعادة القصوى: "جزاء الفضيلة سيكون هو الله نفسه الذي يهبنا الفضيلة ويكرس نفسه من أجلنا والذي لا يكون هناك شيء أفضل منه أو أعظم منه... إن الله سيكون غاية رغباتنا إنه سيبدو بلا نهاية، محبوباً بلا شرط أو قيد يُسبح بحمده من دون كلل". والقديس الأكويني قال:" إن السعادة الإنسانية القصوى تكمن في رؤية الجوهر المقدس".

هذا الكلام لا يقتصر فقط على خبرات حصلت أو مجرد افتراضات قد يصفها البعض أنها غير واقعية أو من نسج الخيال لأن علماء النفس أكدوا على أهمية الإيمان.

وليم جيمس أحد علماء النفس يقول: "إذا آمنت بقوة بأحد في الحياة، فإنك تستطيع أن تحقق الخير كله الذي آمنت به، فكيف إذا كان هذا الخير موجوداً حقيقة، وكان إيمانك حقيقة".

وكارل يونغ الطبيب النفساني في كتابه " الرجل الحديث يبحث عن الروح" يقول: معظم الذين يمرضون بأمراض نفسية يفتقرون إلى الراحة التي يجلبها الدين، وبالفعل لم يشفى أحد من أمراضه إلا بعد أن عاد الإيمان إلى قلبه".

---

[25]- ديكارت ومنهجه ص 171 .

"توصل العلماء إلى القول بأن كل ما يبعث في المريض إيماناً، ويثير في مصورته خيالاً ويحرك إرادته، يمكن أن يكون وسيلة من وسائل العلاج النفسي أو العقلي التي تعود بالجسم إلى حالته الفسيولوجية الطبيعية".
ومن جانب آخر، تم الحديث عن أن الصحة والإيمان متلازمان تلازماً لا ينفصل، فنادراً ما نجد مؤمناً حقاً يشكو من صحته النفسية، وذلك لأن في الإيمان يجد الإنسان تصريف الانفعال حسب مفاهيم علم النفس والصحة النفسية. ومعنى ذلك تحرير الانفعال وانطلاقه، ومن ثم التخلص من شدة آلامه الحبيسة. ويقول علم النفس الوجودي في هذا الصدد، بأن الإيمان يغسل النفس من الشك والريبة. والمشاعر الإيمانية تبعث على الطمأنينة وتردع النفس الموسوسة بالسوء، وتلهم الإنسان فكرة السعي لإدراك الخالق، لذا ففي الإيمان شفاء للنفس وعلاج لها أيضاً، بل أن شفاءها يبدأ بالمناعة النفسية التي يخلقها الإيمان بها فلا تمرض أساساً. حتى العلماء غير المؤمنين لا يستطيعون أن ينكروا فائدة الإيمان ونفعه للنفس البشرية"[26].

4- المحافظة على الطاقات الإيجابية:

الطاقات الإيجابية تنبع من الأفكار الجيدة، من المآثر الخيرة، من الفضائل. وكل عمل جيد هو طاقة إيجابية وهذه الطاقة تمنحنا السعادة والقوة. ولا شك أن أسعد الناس هو الذي يتوافق مع طبيعة الحياة حتى لو كانت قاسية. هذا التوافق للأفراد مع بعضهم ضروري لتدعيم الطاقات الإيجابية في المجتمع، ولا يمكن لأي شخص أن يحقق سعادته ويوجه طاقاته، إذا كان في حالة عدائية لمن حوله.
ولكن أين هو هذا التوافق؟ ومعظم الطاقات موجهة نحو غايات مشوشة، أهداف وتطلعات غير واقعية. هذه البدع المُدمرة والمخيفة تنخر وجود الإنسان، الغضب

[26]- العلاج الإيماني ص 9- 11.

يهدر الطاقة الإيجابية، والمناظرات العقيمة والنميمة والابتزاز والطمع والتهكم والسخرية من الغير والكراهية، كلها من المسائل السلبية. وعندما ننظر في نتائج أفعال الغضب تصيبنا الدهشة، ولطالما كانت الأفعال الغاضبة سبب المآسي. والتوتر عدو الإنسان فهو سبب الكثير من الأمراض الجسدية والنفسية، ولا يمكن للمتوتر أن يُبدع في شيء. ولمن يريد تجنب مشاكل الغضب المدمرة،عليه أن يبتعد عن الأشرار الذين يبثون طاقات سلبية، أو الأفلام العنيفة... فكل هذا هدر للطاقات الإيجابية التي تمنحنا السلام والطمأنينة.

الحياة لا يمكن أن تكون مثالية خالية من الشوائب، وليست السعادة بمقدار الرفاهية، فكثير من المصاعب تساهم في تحفيز الأشخاص، فالتجارب لا شك تمدنا بالقوة، والسعادة لا تكمن في الراحة أو الملذات الجسدية، لأن الجسد معرض لكثير من النكسات، الفكر هو طاقة وهو من أعظم القوى لما له من قوة تأثير.

"إن ما يفكر به الإنسان يكونه، أي أن قوة الفكر تطبع الإنسان الذي يفكر بطابعها، سواء كانت أفكاراً إيجابية أو سلبية، سعيدة أو تعيسة، وبالتالي فالإنسان المفكر يستطيع إرادياً أن يجعل نفسه ما يريد أن يكونه."[27] التفكير الإيجابي يساعد الناس على التخفيف من حدة الاكتئاب ويعزز الثقة بالنفس ويساعد على اكتساب المهارات. التأمل يساعدنا على اكتشاف الأمور، فلو راقبنا تصرفاتنا بدقة وحللنا كلماتنا التي ننطق بها سنكتشف الكثير من الأخطاء التي حصلت معنا بسبب الفكر، التأمل يساعد على التحكم بالفكر.

في علم النفس الحديث الكثير من الأمثلة عن زلات اللسان أو الحركات العفوية التي تُظهر بصورة عفوية ما كنا نعتقد أو نفكر، فالهفوات في علم النفس هي أفعال ناجمة عن تداخل قصدين. وربما نستطيع من خلال هذه الفكرة أن نعرف بأن هناك طاقة تتدخل لتبث فكرة ما كنا نريد الإفصاح عنها، ويمكن بالتركيز

---

[27]- العلاج الإيماني ص 6.

على الإيجابيات أن نتحكم نحن في توجيه الطاقة إلى ما نريد، بدل أن توجهنا هي إلى حيث لا نريد.

"إن جميع العمليات التي يقوم بها مخ أو عقل الإنسان يصدر عنها كمية معينة من الطاقة... ولهذه المعلومات المنبعثة من جسم الإنسان دلالاتها على الأفكار الدائرة في عقل الإنسان وذاكرته وما يشغله، وهذه الأفكار قد تتوافق تماماً عند شخص آخر أو لا تتوافق وهذا غير مستبعد. أما التخاطر – أو توجيه الأفكار– فهو أمر مختلف تماماً عن التوافق، فهو يعني استقبال الطاقة الصادرة من عقل إي شخص وتحليلها في عقل المُستقبِل. التخاطر يعتمد على الطاقة الكهرومغناطيسية التي يمكن رصدها بالعديد من الأجهزة المعدة لذلك، ويمكن تصويرها بالموجات شديدة الصغر في شكل هالة ضوئية حول الإنسان"[28] عند الإنسان هناك قوة مغناطيسية هائلة وستحقق المعجزات إذا عرف كل شخص كيف ينميها ويوجهها نحو أمور إيجابية.

وهذا ما يسميه البعض قانون الجذب، فحين يفكر الإنسان بأشياء مزعجة لا يحبها ستظهر هذه الأمور أكثر سوءاً وتهيمن على صاحبها. أي أن الأفكار تتحول إلى أشياء مادية عبر القانون الأقوى في الطبيعة. مثلاً: عندما تتصور نفسك محاطاً بالوفرة فستجذبها، والعكس تماماً.

5- الإبداع:

للإبداع أهمية كبرى فهو يساهم بشكل فعال في الاسترخاء، والراحة، والقضاء على الملل، والرضا عن الذات. ولدى المبدع دوافع كثيرة تمده بالطاقة الإيجابية التي تحفزه وتوجهه نحو التميز. فالمبدع هو إنسان موهوب سريع الفهم ودقيق الملاحظة، وهو لا يحتاج إلى تشجيع من أحد ولا يهتم لما يُقال عنه. وهناك أمثلة

[28]- أنظر الطرق العقلية السليمة ص 11 – 13.

كثيرة عن مبدعين قيل عنهم مجانين أو أغبياء وكانوا محط سخرية ولكنهم أثبتوا مع الوقت أنهم عباقرة.

ويُقال بأن الدافع وراء الأعمال الإبداعية التي حققها العظماء كان بسبب وجود نقائص، أو معاناة كامنة في حياتهم، فالنقص ليس عيباً، ويتحقق الإبداع عند المبدع إذا استطاع أن يسيطر على النقص ويغطيه.

ديوي يقول: "إن الفكر في أساسه أداة لخدمة الحياة، والناس لا يزاولون التفكير متى جرت حياتهم لينة ناعمة، فإذا عاق تفكيرهم عائق باشروا التفكير مضطرين، فتفكيرهم خطة يواجهون بها المصاعب، ومقياس صحة تفكيرهم يقوم في مدى ما يحققونه من نجاح".[29]

المبدع يمد حياته الشخصية بالغبطة وكذلك حياة المجتمع من حوله، فهو لا يُقدم هذه الأعمال الإبداعية لنفسه ولا يسعى لتقليد غيره. المبدع لا يهتم للمردود المادي فالمال والشهرة لا يشكلان الدافع لعمله، فالدافع الأساسي ليس ما يجنيه من كسب بل الدافع هو الرغبة في إنجاز العمل مهما كانت النتائج، حتى الفشل لن يمنع المبدع من إعادة المحاولة حتى يتمكن من تحقيق النتائج التي يريدها.

وأكثر من هذا، الإبداع هو أساس التقدم في أي مجال من مجالات النشاط الإنساني، والمبدع ثروة، سواء أكانت على صعيد إنتاج أعمال فنية، أو على صياغة مبادئ علمية.

"الفنان والأديب والعالم والفيلسوف كل أولئك يلتقون في التطلع إلى شيء واحد هو الواقع. ولكن العلماء يتخيلون الواقع على ضوء الحقيقة العلمية، والفنانون والأدباء يتخيلون هذا الواقع على قبس الأشكال التعبيرية والصور التشكيلية، وينفرد الفيلسوف في تطلبه إلى هذا الواقع على ضوء تجربته الخاصة لإدراكه إدراكاً إنسانياً صرفاً. فالحدس والخيال والاكتشاف يعتمدان لدى فئة الفنانين على إرهاف الحس وخصب التخيل فيبدو الحس والخيال أكثر مواءمة وأعظم قدرة على إدراك

---

[29]- أسس الفلسفة ص 397.

الواقع الشخصي، كل الواقع. العالِم والفنان يبذلان جهدهما في هذا المضمار ويشرئبان إلى الإسهام الشخصي في تطوير البشرية، والسير بها نحو المزيد من النتائج الروحية السامية. وهذا الحدس أو الرؤية المبدعة نتاج إدراك البصيرة لبعد الواقع العميق؛ أو هو نظرة شاملة تطابق الكون مطابقة معرفة وفهم وتقويم".[30]

رسل يعتبر أن السعادة لا تكتمل إلا عن طريق الإبداع، فالمبدع لا تكتمل سعادته دون أن يبتدع شيئاً جديداً كلوحة فنية مثلاً، أو قصيدة شعرية، أو علم. للمبدع رسالة واضحة ورغبة لا تتوقف مهما تقدم به العمر ومهما كانت الظروف؛ برتراند رسل يقول: إن أفضل شكل من أشكال الحياة هو ذلك الذي تحتل فيه الميول الإبداعية الدور الأكبر، بينما لا تحتل الميول الاستملاكية فيه إلا دوراً صغيراً... وأفضل المؤسسات هي تلك التي تنتج أكبر قدر ممكن من الإبداعية وأقل قدر ممكن من الاستملاكية. الانهماك بالامتلاك أكثر من أي شيء آخر هو ما يمنع الناس من العيش بحرية ونبل. وهذا السعي الدائم للامتلاك لن يكون السبيل المناسب لتحقيق السعادة الشخصية فهو لا يحقق سعادة المرء ولا سعادة المجتمع لأنه مطبوع بطابع الأنانية وهذه النزعة تجر إلى المنازعة، بينما الإبداع لن يكون السبب لأطماع، لأنه لا يتجه إلى خارج الذات فهو ينبع من الداخل ولا مجال لأن يكون موضوعاً للمنازعة. وأكثر الفلسفات انتشاراً في الوقت الحاضر هي: أن أعظم الأشياء لسعادة الإنسان معاشه. وهذه الفلسفة المادية بصرف النظر عن مساوئها الأخرى، هي مضرة لأنها تقود الناس إلى السعي وراء النتيجة بدلاً من القيمة، ونحو الاستمتاع بالبضائع المادية حيث لا يختلف إنسان عن آخر، بدلاً من إشباع الميل الإبداعي الذي يجسد فردية كل إنسان. [31]

ولكن ما هو حال أصحاب المواهب في أيامنا؟ وهل هم أكثر سعادة الآن عما كان عليه أسلافنا في الماضي؟

[30]- قضية الفلسفة ص 65.

[31] أنظر أسس لإعادة البناء الاجتماعي ص 196 .

هذا الانهماك بالمادة وحب التملك يعمل على تقليص وحجب الطاقات الإبداعية. ومنذ ظهور التلفزيون والتلفون والإعلان وشبكات الأنترنت وغيرها من وسائل الاتصالات، أصبح الإبداع رهينة المكسب المادي، ففي ظل كل هذه التطورات "فإن الفجوة في الإنتاج الإبداعي لا تنشأ من انخفاض مستوى الموهبة الإبداعية القومية أو نوعية المحتوى، بل تكمن في قوة التوزيع من خلال الإعلان والتسويق والتحكم في شبكات متعددة".[32]

بات من الضروري والمُلح أن يعطى للمبدع الذي لا يسعى خلف المكاسب المادية، ولا يمتلك الإمكانات لتكريس إبداعاته، فرصة كي يتمكن من ابتكار أشياء جديدة من الفنون والثقافة.

لا شيء يحرر الإنسان من الكآبة والتوتر إلا خلق اهتمامات جديدة وهوايات، بينما الذي لا تتهيأ له الظروف في ظل هذا التدافع والتهافت يستسلم للقلق والتوتر، ويصبح عدو نفسه ويغلب عليه طابع الاستسلام والتشاؤم ويعجز عن تحقيق أي هدف من أهداف كثيرة إيجابية كان يحلم في تحقيقها.

6- الاعتدال:

"من يرغب في أن يكون سعيداً يجب أن يلاحق ويمارس الاعتدال، ويهرب بعيداً من الإفراط بقدر ما تحمله ساقاه" الاعتدال هو السعادة بنظر أفلاطون.

وأبيقور يعتبر الاعتدال خيراً كبيراً "نعتبر الاعتدال خيراً كبيراً لا لنكتفي بالقليل في كل الظروف، بل ليكون لنا ما يكفينا من القليل عندما لا نحوز على الوفرة مقتنعين بأن الذين ينعمون بلذة البحبوحة أكثر من سواهم هم أولئك الذين يشعرون أقل من سواهم بالحاجة إليها لأن الأطعمة البسيطة توفر لذة المآكل الفاخرة عندما يزول كل ألم متصل بالحاجة، يعني الألم الذي سببه الجوع . إذاً اللذة سد هذه

---

[32]- الصناعات الإبداعية ص 232.

الحاجة، فإذا تعودت على المآكل الفاخرة سوف تسبب لنفسك الألم إذا لم تتوفر لك هذه المآكل". السعادة هي شعور بالرضا.

كارل يونغ يقول: السعادة أن تعجب بشيء دون أن ترغب في اقتنائه.

ولم تكن فكرة الاعتدال سائدة في الماضي فقط، فهي لا تزال الحالة المناسبة لكافة المسائل، من بين الفلاسفة المعاصرين الذين دافعوا عن فكرة الاعتدال "لوي لافل" يقول: "الاعتدال ليس انحطاطاً ولا نقصاً في القوة إنه ذلك النوع من الامتلاء الباطن والتناسب العادل مع الكون، الذي يجب أن يمكن كل موجود من أن يكون ذاته ومالكاً لذاته، أي أن يمسك الأطراف بيديه بدلا من الهرب منها، أو الاستسلام لها. الاعتدال هو في نفس الوقت ذلك التوتر وذلك الفهم اللذان يعملان على وضع كل شيء في مكانه."[33]

السعادة تحصل بسيطرة العقل على انفعالات الفرد في تعامله مع العالم الخارجي. "ولم أتخير من بين الآراء الكثيرة المقبولة على السواء إلا الأكثر اعتدالاً وذلك لأنها دائماً أيسر في العمل، ويرجح أن تكون هي الأفضل، إذ أن كل إفراط من دأبه أن يكون سيئاً، وأيضاً لكي أكون أقل ميلاً عن الطريق القويم عند الوقوع في الخطأ، ... وكانت حكمتي الثانية أن أكون أكثر ما أستطيع جزماً وتصميماً في أعمالي وألا يكون استمساكي بأشد الآراء عرضة للشك... وكانت حكمتي الثالثة أن أجتهد دائماً في أن أغالب نفسي لا أن أغالب الحظ، وأن أغير رغباتي لا أن أغير نظام العالم، وهذا وحده كان كافياً لأن يصدني عن الطمع في المستقبل في شيء لا أناله ولأن يجعلني راضياً... ولكني اعترف بأن المرء محتاج إلى رياضة طويلة وإلى تأملات كثير تكرارها حتى يتعود على أن ينظر من هذه الوجهة إلى كل الأمور. وأني أعتقد أن في ذلك ينحصر سر هؤلاء الفلاسفة الذين استطاعوا في زمن سالف أن يخلصوا من سلطان الحظ وأن ينازعوا آلهتهم السعادة رغم الآلام والفقر. وأن اقتناعهم هذا كان وحده كافياً لمنعهم من أن تكون عندهم شهوة

---

[33]- الأخلاق النظرية ص 151 .

لأشياء أخرى، ولقد كانوا يتصرفون في أفكارهم تصرفاً مطلقاً بحيث كان لهم بذلك حق في أن يعتبروا أنفسهم أغنى وأقوى وأكثر حرية وأسعد من أي إنسان آخر. ثم رأيت نتيجة لهذا في أنني لا أقدم على خير أكثر من أن استمر في تثقيف عقلي، وفي التقدم على قدر ما أستطيع في معرفة الحقيقة، ولقد شعرت بلذات بالغة جداً. لذات لا أعتقد أن في المستطاع أن يجد المرء ما هو أعذب منها، ولا أطهر في هذه الحياة. [34]

ديكارت تحدث عن الاعتدال واعتبر أن الانفعالات تبقى مقبولة وطبيعية في حالة الاعتدال، أما في حالة الانفعال أو الإفراط فتتحول إلى ظواهر مرضية ينبغي السيطرة عليها عن طريق العقل، فالعقل عند ديكارت يرتبط بالخير وهو الوحيد القادر على الحد من الانفعالات وتوجيهها.

"فابنِ لكَ داراً من القناعة، وشيد بنيانها وارفع حيطانها واجعل بابها من الزهادة، واجعل حاجبك عليها الفقر، واجعل وِطائك وغِطائك ترك القنية. واعلم أن هذه الدار إذا سكنتها أمنت من قطاع الطرق واللصوص ومصادرة السلطان وحسد الإخوان[35]"

دائماً الإنسان يتطلع إلى ما يفتقد حتى وإن امتلك الكثير، وهذا التطلع لا يمنح السعادة أو الرضا. حين توجد الرغبة بالمزيد لن تتوقف هذه الرغبة ولن يكون هناك حدود للمطالب. والحق أن الدوافع المبنية على الرغبة في الزيادة والإحساس بالعوز مسألة أصبحت من أمراض العصر. "ويعد التركيز على الشيء الناقص عملية تؤدي إلى استفحاله وتضخيمه، بحيث أن النقص يبقى كما هو، والحق أن ما ينقصك في حياتك يمثل تجربة حياتك ذاتها لذا عليك أن تجعل قانون الدوافع المبنية على التطور عاملاً هاماً لتنمية شخصيتك. ويكمن جوهر هذا القانون في العبارة التالية: أنا إنسان كامل أسعى إلى تحقيق كمالي. هذه

---

[34]- ديكارت ص 176- 177 .

[35]- الفلسفة التربوية عند إخوان الصفاء ص 246.

عبارة تحتوي على حقيقة كبرى، إنسان كامل لا تحتاج لأي شيء آخر في الحياة لتكون سعيداً. يمكن أن تكون مكتفياً بشكل كامل بما لديك الآن... وهذه القفزة في التفكير هامة جداً فهنا يصبح النقص مستحيلاً"[36]

7- تحقيق العدالة.

"العدالة مرادفة للصلاح، وللفضيلة، والعدالة الجزئية نوعان: توزيعية وتعويضية. ترجع الأولى إلى الدولة وتتولى قسمة الأموال والكرامات بين المواطنين، وترجع الثانية إلى القضاء وتتولى تعويض المظلوم من الظالم. وسميت هذه العدالة تعويضية لأن مهمة القاضي في الحالين رد الأمور إلى نصابها، والتعويض عن الغبن.

وهناك نوع من العدالة أسمى من عدالة القانون هو "الإنصاف" ويعني تصحيح القانون، ذلك أن القانون عام ولا يدّعي الإحاطة بجميع الحالات، وقد تُعرض حالات لو طبقنا عليها النص العام لبدا حكمنا جائراً، فالمنطق يقيم نفسه مقام الشارع، فيصحح نصه، ويقضي كما كان الشارع يقضي لو كان حاضراً."[37]

إذا كانت العدالة كما تَقدمَ مرادفة للصلاح والفضيلة ومهمتها التعويض عن الغبن تصبح العدالة من أهم أسس السعادة، وبدونها لن يتمكن الناس من العيش بسلام وأمان، ولن يخلص المجتمع من الفوضى والخداع والأنانية. فالعدالة هي بالدرجة الأولى الإنصاف، والتطبيق الصحيح للقوانين دون التحايل عليها، فلا تتحقق السعادة إلا بتنفيذ العدالة بحكمة ونزاهة.

---

[36]- مبادئ الحياة السليمة ص 58.

[37]- الفلسفة اليونانية ص 195.

ولكن هل يمكن للعدالة الخاضعة لمقتضيات القوانين أن تكون منصفة بين الناس؟ وماذا لو تحولت العدالة إلى مؤسسات تُرهق الناس بالمصاريف والرسوم، بدل تكريس المصالحات والتوفيقات! ولماذا لا يمكن للعدالة أن تتحقق بدون القوة؟ وأحياناً قد تتحول هذه القوة إلى ظلم، وهذا لا يجوز. "العدالة قد تتعارض مع الإنصاف أحياناً؛ وذلك حين يتقدم الواجب الإنساني على الواجب القانوني. فمثلاً: لو أن دائناً غنياً حل له موعد دين على مدين في أزمة شديدة، قد تؤدي بأسباب عيشه، فإن الإنصاف يقضي عليه بتأجيل المطالبة بالدين أو حتى تخفيضه، بينما العدالة القانونية تقضي بالوفاء في الأجل المحدد. وقديماً طالب شيشرون بالدفاع عن الإنصاف ضد القانون المكتوب، وبتجنب حرف القانون والتعلق بالإنصاف".[38]

القوانين هي الأخلاق، ولهذا فالقوانين لا يجب أن تكون خاضعة لأي إرادة فردية، فالناس منقادون للشهوات التي تشغلهم وتجعلهم أحياناً بلا روية في إصدار الأحكام، من المؤسف أن يجعل البعض من العدالة أصنام متحجرة أو أن تتحول العدالة إلى مؤسسات لجمع المال !

يقول غاندي: هل درس طلاب الحقوق في معاهدهم إعطاء الحق ونصرة المظلوم؟ أم درسوا كيف يقتنصوا الفرص لتعزيز المكاسب؟

غاندي صاحب تجربة واقعية كان محامياً، ولكنه كان يرفض الدفاع عن القضايا الظالمة، ولم يهتم بالمكاسب. كانت تجربة مميزة رفعت شأنه لنزاهته وتمسكه بالحق: "حين كنت طالباً سمعت من يقول بأن مهنة المحامي هي مهنة الكذاب، ولكن ذلك لم يؤثر بي، لأني ما كنت أعتزم اكتساب أيما مركز أو ثروة من طريق الكذب. إلى أني لم ألجأ قط في عملي المهني إلى الخداع أو الكذب، وجزء كبير

---

[38]- الأخلاق النظرية ص 136.

من عملي الحقوقي كان دفاعاً عن المصلحة العامة، ما كنت أتقاضى شيئاً غير النفقات التي أدفعها من جيبي، وحتى هذه النفقات كنت أتحملها من جيبي في بعض الأحيان... وازددت يقيناً بأنه من المستحيل ممارسة المحاماة من غير التعلق بأهداب الحقيقة... وفي ذات يوم بينما كنت أدافع عن قضية ما في جوهانسبورغ، اكتشفت أن موكلي قد خدعني، لقد رأيته ينهار انهياراً كاملاً في مقصورة الشهود. وهكذا ومن غير مناقشة، سألت القاضي أن يرفض الدعوى، ودهش المحامي الخصم، وسُر القاضي، وأنّبت موكلي لتكليفي بالدفاع عن قضية ظالمة، وكان يعرف أني لا أقبل الدفاع عن قضايا ظالمة. وحين أثرت المسألة أعترف بالخطأ. ومسلكي في هذه الدعوى لم يُنزل أي ضرر بعملي كمحام، بل أنه جعل عملي هذا أيسر، ولقد رأيت أن إخلاصي للحق عزز شهرتي ومكانتي بين أعضاء المهنة، بل لقد استطعت بفضل هذا الإخلاص أن أكسب مودتهم في بعض الأحيان برغم عائق العرق واللون"[39].

"كان يسيراً أن يفوز المرء بشهادة الحقوق ولكن كان من العسير أن يمارس المهنة تحت قوس المحكمة... لقد قرأت القواعد الشرعية العامة في شوق، ولكني ما كنت أعرف أن أطبقها في مهنتي وكانت هذه القاعدة : استعمل ما هو ملك لك بطريقة لا تؤدي إلى إنزال الأذى بملكية الآخرين. لقد وجدت مهنة المحاماة عملاً رديئاً كثير من المظاهر وقليل من المعرفة... ولكني تعلمت ممارسة القانون الحقيقي، وتعلمت اكتشاف الجانب الأفضل من الطبيعة البشرية. لقد أدركت أن مهمة المحامي الحقيقية هي أن يجمع ما بين الفريقين المتناحرين. لقد نُقش هذا الدرس في ذات نفسي على نحو لا يُنسى حتى لقد شغل قسم كبير من وقتي، خلال العشرين سنة التي مارست فيها المحاماة بمحاولة القيام بتسويات خاصة لمئات من القضايا ولم أخسر بذلك شيئاً، – حتى المال– ولا ريب أني لم أخسر

---

[39]- تجاربي مع الحقيقة ص 418- 423.

روحي على أية حال... ولكن مجرد الإلحاح على الحقيقة قد علمني طول حياتي أن أقدر جمال المصالحة والتفاهم."[40]

وجد غاندي في هذه المهنة الكثيرين من العاطلين عن العمل، وهؤلاء لا يهمهم إلا المكسب المادي والمظاهر. بينما غاندي كان بعيداً كل البعد عن حياة الترف فكان يذهب إلى المحكمة سيراً على القدمين. وكان يفضل الصلح على الكسب، والتفاهم على التقاتل؛ ولكن حين يحاول المحامي قلب المقاييس بين طيات القوانين فهل يمكن التوصل إلى التسامح؟ فلا عدالة أفضل من معرفة الحقيقة وأخذ العبرة التي تُبعد الناس عن الشر والطمع والجريمة. وكيف ستتحقق سعادة الناس والبعض يريد أن يمتلك العالم ولن يكفيه؟ كم هي رائعة كلمة العدالة التي تعتمد في مضامينها على الحقيقة، التي تسهل الحياة، وتجعلها رائعة وكاملة ونزيهة.

8- العودة إلى الطبيعة

الطبيعة مدهشة ساحرة كل منظر فيها يبعث على الراحة والسرور. ولا شك أن الطبيعة الهادئة هي العامل الأهم الذي يساهم في سعادة الإنسان ؛ فالشلالات والجبال والشواطئ والغابات والمواضع الهادئة هي من الأماكن التي تكثر في هوائها الأيونات الصحية، فالموسيقي والرسام والشاعر وغيرهم يحبون قضاء أوقات طويلة في الطبيعة. وكل هذه الأنشطة مثل الرسم والموسيقى والعناية بالحدائق، لها تأثير على الراحة النفسية، فالهوايات توفر قدراً كبيراً من الراحة والهدوء. يقال: إذا أردت أن تكون سعيداً فليكن لك حديقة. سعادة المزارع لا توصف عندما يتأمل زرعه وهو ينمو ويزهر.

---

[40]- تجاربي مع الحقيقة ص 103- 116- 162.

الطاوية جزء لا يتجزأ من الطبيعة التي يطلقون عليها اسم (طاو) وهذا المفهوم يعني المطلق، أو الأشياء في مجموعها. وكلما ابتعد الإنسان حسب رأيهم عن الطبيعة يقل ما فيه من الخير وتقل سعادته. وفي هذا يقول لاوتزو: "إذا ما انغمس فيها أحد طرف صار ناعما، وأصعب مشكلة تحل. وأقوى ضوء ساطع ينتشر. وأشد المشكلات تعقيداً تستحيل إلى أمور بسيطة. فهي في سكونها كالخلود نفسه. أنني لا أعرف وليدة من هي".[41]

الطاوية تحث على الابتعاد عن المدن، والاستقرار حيث الأنهار والجبال، والتأمل في الطبيعة، فالطبيعة تمد الناس بالقوة والعزيمة، وقوانينها تسهل على الإنسان إدراك الحقيقة.

معظم الحكماء توصلوا للمعرفة عن طريق التأمل، فالتأمل معرفة وقوة، ولا يمكن إتقان التأمل إلا في الطبيعة الهادئة، التنقل يمنح الخبرة في أحوال الأمم والجغرافيا ولكنه يُشغل الإنسان عن قضايا الفكر.

هكذا كانت المعرفة في الماضي تعتمد على مراقبة قوانين الطبيعة، والعلماء كانوا أسعد الناس، لأن نشاطهم التأملي يمنحهم السعادة.

هذا التناغم الجميل الطبيعي يُسهم في تجديد الصحة والفكر، لأنه يعبر عن تناغم الكون الأصيل، المنسجم مع طاقات الإنسان الخلاقة، وهذه الطاقة الخلاقة تتلاشى وتندثر وسط الضجيج والتلوث والأزقة الضيقة والقاعات المقفلة، الباعثة على القلق والكآبة والمرض. بدل النقاء والهدوء والصحة.

وليس من المستغرب أن يصاب الناس بأمراض نفسية وصحية إذا ما ابتعدوا عن الطبيعة. وهناك الكثير من الدراسات التي تؤكد هذا الكلام. وأمراض العصر كثيرة: السكري وضغط الدم وقرحة المعدة، ومعظم هذه الأمراض بسبب ابتعاد الإنسان عن الطبيعة. وكمثال على بعض الآراء الحديثة نذكر المحاضرة التي ألقاها "الدكتور هاورد" في مؤتمر الجمعية الأميركية للأطباء العاملين في

---

[41]- الفكر الصيني ص 151.

المؤسسات الصناعية، والتي أورد فيها: أنه بعد معاينته 176 رجلاً من رجال الأعمال، وجد أن ثلثهم يعاني أمراضاً تنشأ عن توتر الأعصاب، وهي ضغط الدم، واضطرابات القلب، والقرحة في المعدة. ثم قال: "أو ليس من المحزن حقاً أن يقضي هؤلاء قبل أن يتخطوا سن الخامسة والأربعين! هل أن هذا ثمن نجاحهم في دنيا الأعمال؟ وماذا يستفيد الواحد منهم من ذلك النجاح والمركز الذي يتوصل إليه؟ إن الفاعل الذي يشق الأرض بمحراثه أو فأسه يأكل ثلاث وجبات مثلهم، ويرتدي سروالاً وقميصاً كما يفعلون، لكنه أهدأ بالاً وأقل قلقاً. وأنا أفضل أن أكون مزارعاً صغيراً في إحدى ولايات الجنوب فأتمتع بشهية جيدة، ومركز عادي، عن أن أكون مؤسساً لشركة ضخمة، أو بانياً لسكة حديد، بينما تنغص قرحة المعدة حياتي بأكملها، أو أعاني الآلام الكثيرة من اضطرابات القلب"[42].

ومن المؤكد حسب الدراسات أن نسبة الوفيات عند الأطباء ورجال الأعمال بالسكتة القلبية أكثر من نسبة وفاة المزارعين بالسكتة القلبية، ويرجح السبب لأن الأطباء أو رجال الأعمال يعيشون حالات توتر بسبب ضغط العمل.

9- التوافق مع العمل

لا شك أن العمل المحبب والمنتج يُعتبر من أهم العوامل التي تساهم في الاستقرار، فالأفراد الذين لديهم عمل يتوافق مع ميولهم هم أكثر رضا من العاطلين عن العمل. فالعاطلين عن العمل يعانون من الضيق والتوتر والوحدة. "وقد أثبتت معظم الدراسات بأن غالباً ما يصبح العاطلون عن العمل ملولين وغير مبالين، خاصة إذا وجدوا صعوبة في تنظيم وقتهم، وأنفقوا وقتهم دون شيء يعملونه، وقد وجد أن مشيتهم أبطأ وتنخفض يقظتهم العقلية والجسمية، فالقعود دون هدف يؤدي إلى التدهور من حيث الصحة العقلية وخاصةً الاكتئاب. وهم

---

[42]- دع القلق ص 22.

أكثر احتمالاً للانتحار أو لأن يدمنوا على الكحول بالمقارنة بمن يعملون، وتوجد نسبة من التوتر الانفعالي غير السار لدى العاطلين".[43]

كارل يونغ الطبيب النفساني يقول: "إن ثلث مرضاي لا يشكون من أمراض نفسية معروفة واضحة، بقدر ما يشتكون من ألم الفراغ في حياتهم، ذلك يبعد البهجة والسعادة منها". ويقول أيضاً " الرجال يحتاجون إلى الصعوبات فهي مفيدة دائماً لصحتهم".

"العمل الإنساني ليس ضرورة طبيعية وواجباً اجتماعياً فحسب، بل أنه وسيلة للتحرر أيضاً، الإنسان لا يتوصل إلى معرفة نفسه وإدراك قيمته الذاتية إلا عن طريق تأمل عمله الذي تتجلى فيه وحدة شخصيته، فالعمل هو الذي يساعد الإنسان للسيطرة على الأشياء في العالم الخارجي، ويتحرر من قوى الطبيعة، ويشعر بأنه إنسان حقاً.

ولكن هل يمكن الادعاء بأن العمل في الأوضاع الاجتماعية الحاضرة يقوم بهذه المهمة؟ لا شك في أن الإنتاج البشري قد ازداد والوسائل المادية قد تقدمت إلا أن العمل الإنساني ما زال مقيداً مشوهاً. إننا لا نقدم عليه بدافع الحب، وإنما عن اضطرار في سبيل كسب المعيشة وما زال مفهوم العمل مرادفاً للتعب والشقاء. وقلما نجد أحداً يتولى العمل الذي يناسب ميوله وكفاءته".[44]

عدم محبة العمل تسبب نقص في الإنتاجية، وتؤدي إلى الإحباط، وأحياناً يقود العمل إلى تشويه الطبائع، فتصبح الغاية الفضلى هي الزيادة في الكسب والثراء بأي طريقة.

كل الأعمال ضرورية وأساسية في الحياة ولا يمكن تفضيل مهنة على أخرى. هل يمكن أن يكون الحاكم المحاط بكل وسائل الحماية، وسبل الراحة أهم من الحارس

---

[43]- سيكولوجية السعادة ص 76.
[44]- قضية الفلسفة ص 49.

الذي يؤمن له هذه الحماية؟ ومَن الأفضل: المزارع الذي يتعب ليؤمن حاجة الناس من الغذاء، ويأكل ما تيسر وهو يعمل في حقله؟ أم الذي يأكل وهو جالس على كرسي مريح، وأمامه مائدة عامرة؟.

10- نوعية الطعام

ما علاقة الطعام بالسعادة؟: هذا السؤال هو أول ما يخطر ببالنا !
نشهد في السنوات الأخيرة اهتماماً كبيراً بالأبحاث المتعلقة بالطعام ومدى تأثيره على الصحة، وثبت أن له الدور الأساسي للتخلص من الأمراض والآلام الجسدية والنفسية. وإذا كانت السعادة تعني غياب الألم بكل أشكاله، كان لا بد من التطرق في هذا البحث لموضوع الغذاء، ولقد أدهشتني نتائج هذا البحث، لمدى ارتباط الغذاء بالصفاء، نعم الصفاء والهدوء.
الدراسات الحديثة تنصب على البحث لمعرفة مدى أهمية الغذاء على الصحة النفسية كما على الصحة الجسدية، وتأكد أنه يمكن محاربة الاكتئاب أو أية مشكلة نفسية أخرى عن طريق اعتماد النظام الغذائي المناسب. مثلا إن الخلل في معدل السكر والنقص في الفيتامينات والدهون الأساسية أو الأحماض الأمينية مرتبط بتقلب المزاج.
"هناك شيء مؤكد وهو أنك إذا أكلت الطعام المناسب وفي الوقت المناسب أصبحت كيمياء جسدك متوازنة، الأمر الذي سيجعلك تشعر بالراحة الجسدية والنفسية. أما إذا تناولت الأطعمة السيئة وفي الوقت غير المناسب فقد يؤدي ذلك إلى الأرق والضغط النفسي والتعب العام وتفاقم أعراض سن اليأس، وترك جهازك المناعي عرضة لهجوم الفيروسات". وفي دراسة حديثة أجريت على مائتي شخص تبين أن 88% من هؤلاء الناس ذكروا أن استبدال نظامهم الغذائي بآخر أفضل منه حسن مزاجهم، وتبين أن ربع الناس يتناولون الطعام عندما يكونون

مضغوطين نفسياً، وأن 40% من الناس يأكلون عندما يشعرون بالضجر. أما الفهم الحالي للعلاقة ما بين الطعام والسعادة يمر عبر دراسة المواد الكيميائية المؤثرة في الانفعالات وكيفية تأثيرها في الدماغ. فعملية تناول الطعام وحدها كفيلة بحث الدماغ على إفراز المواد الكيميائية الصحيحة التي تجعلنا نشعر بالدفء والاكتفاء، وتسمى هذه المواد الكيميائية الناقلات العصبية، وهذه الناقلات العصبية تؤثر في التفكير ووظائف الجسم والمشاعر. " لقد ارتفع معدل الإصابة بالاكتئاب ارتفاعاً هائلاً في العقود القليلة الأخيرة. ولا تعتقد منظمة الصحة العالمية أن هذا المرض سيدخل مرحلة الوباء بحلول عام 2020 فحسب بل يتوقع في المملكة المتحدة وحدها أن يعاني نصف النساء وربع الرجال من الاكتئاب في وقت من الأوقات".[45] وكل ذلك بسبب الأطعمة المصنعة التي تزداد نسبة استهلاكها بشكل ملحوظ. وبسبب الانخفاض في استهلاك الخضار والأطعمة الطازجة، وزيادة تناول اللحوم. لقد أصبح الطعام مصدراً للقلق والمرض، ولا سيما اللحوم. ولا يمكن تجاهل الآثار السلبية التي تنشأ عن التوتر والانفعالات على كيمياء الجسم. ومن الدراسات الملفتة دراسة تؤكد أن الانخفاض في معدل حمض الفوليك قد يسبب الاكتئاب، لأن حمض الفوليك والفيتامين ب6 يساعدان في ضبط وظائف الدماغ وصنع الدهون الأساسية.

"وأكدت دراسة حديثة صدرت في المجلة الأمريكية لطب النفس أن المرضى الذين يتناولون مضادات الاكتئاب والذين لا يزالون يعانون من عوارض اكتئابية حادة يشهدون تحسناً كبيراً خلال أقل من ثلاث أسابيع عندما يتناولون دهون الأوميغا-3 بشكل يومي على شكل مكملات غذائية... وفي دراسة فنلندية استغرقت ثماني سنوات وشملت 29 ألف رجل تتراوح أعمارهم بين 50 و 69 عاماً تم نشرها في

[45]- نعم للغذاء لا للمهدئات ص 6- 14.

المجلة البريطانية لطب النفس، تبين أن معدل الكوليسترول المفيد في دم المصابين بالاكتئاب أدنى بكثير مما هو عليه لدى من لا يعانون منه" [46]
كما تبين الدراسات وجود علاقة بين معدل الهيستامين في الدم وهو مرض وراثي بشكل عام ويظهر في العشرين من العمر تقريباً وقد عُرف هذا المرض بالاكتئاب الذهاني العائلي أو الهستيداليا، وهذا مرض لا يتجاوب مع العلاجات الدوائية، ولكنه يتحسن مع اتباع نظام غذائي فقير بالبروتينات وغني بالسكريات المركبة مع التركيز على الفواكه والخضار. فالبروتينات كاللحوم مثلا تحتوي على الأحماض الأمينية التي ترفع مستوى الهيستامين، ويعتبر الفيتامين س مضاد طبيعي للهستامين.
فيثاغورث يقول: "إني أمتنع عن تناول لحوم الكائنات لأن الامتناع عن أكلها يفضي إلى السلام" وأكل اللحوم ليس شيئاً غير طبيعي ومضر بالصحة فقط بل أنه بتخثرها وإتخامها يجعل عقول الناس فظة، وينتج عن تناولها أمراض جسدية ونفسية.
ويقول غاندي بأنه أقسم يميناً منذ بداية شبابه أمام أمه، بأنه لن يمس اللحمة. وكان عند أمه تعصب وكراهية لأكل اللحم، ويقول: " أصبحت نباتياً باختياري وباركت اليوم الذي أقسمت فيه اليمين أمام أمي. ومنذ ذلك الحين أصبح نشر هذه النزعة جزءاً من رسالتي، وتعاظم إيماني بالنباتية يوماً بعد يوم. وكثير من التجارب علمتني أن مركز حاسة الذوق الحقيقي هو العقل وليس اللسان".[47]
" أراد الدكتور كاسباري إجراء مقارنة واختبار بين ما تمنحه كل من التغذية النباتية والتغذية المختلطة من طاقة للعمل والإنجاز. فعمد إلى تمارين الركض الطويل بين فريقين فجاءت النتيجة تثبت تفوق الفريق النباتي على فريق التغذية المختلطة. وعبر كاسباري عن نتائج تجاربه بالكلمات الآتية: "لقد أظهرت لنا

---

[46]- العلاجات المعجزة للصحة النفسية ص 14- 16.
[47]- قصة تجاربي مع الحقيقة ص 67.

تجاربنا بكل وضوح وثبوتية أن الغذاء النباتي وحتى الخام منه يستطيع أن يمنح الجسم الفتي أعلى درجة من الطاقة والإنجاز والانتعاش النفساني أيضاً"[48]وهناك الكثير من التجارب المماثلة التي تثبت قوة التحمل عند النباتيين.، والتي لا مجال لسردها في هذا السياق.

"الطعام هو جوهر الصحة والسعادة، أنه الوقود أو الطاقة المتكاملة مع الهواء النقي ومع أشعة الشمس ومع التمرين ومع الراحة، وهو مخول إذا كان سليماً أن يمنح الصحة للإنسان ويبعد عنه الأمراض، وإذا كان فاسداً يقربها منه. من هنا تبرز أهمية الغذاء ليس فقط في المحافظة على مناعة الجسد وسلامته، بل أيضاً في تنمية السلام الداخلي وصفاء الذهن، وبالتالي بلورة الروحانية الشخصية وصقلها. إذا لم يكن غذاؤنا سليماً فعبثاً نفتش عن الحقيقة في عالم الروحانيات، وعبثاً نبحث عن السلام الذاتي، والسلام الحقيقي مع القريب والبعيد. إذا لم نأكل المفيد السليم من الطعام وبطريقة صحيحة فعبثاً نبحث عن الكمال الذاتي الذي يصبو إليه كل واحد منا على هذه الأرض. ولهذا يجب أن ترتكز المآكل السليمة على عناصر حياتية وليس على جثث حيوانات ذبحت بشراسة. وإذا كان المأكل حياتياً وصالحاً كان التفكير والتصرف سليماً وصالحاً، وكانت الحكمة والنباهة والعقل والتعقل".[49] وبالتأكيد حيث توجد الحكمة والتعقل توجد السعادة.

"وعن الرسول (ص): نور الحكمة الجوع، والتباعد من الله الشبع، لا تميتوا القلوب بكثرة الطعام والشراب، فالقلوب تموت كالزرع إذا كثر عليه الماء".

وكما يقول كونفوشيوس: "من الصعب أن نتوقع أي شيء من أناس يمتلئون من الطعام طوال اليوم، في حين لا يستعملون عقولهم في أي سبيل على الإطلاق، بل أن المقامرين يفعلون شيئاً، وفي هذه المرتبة هم خير من هؤلاء الكسالى"

---

[48]- النباتيون ومنهجهم في التغذية ص 38.

[49]- إطالة الحياة وسر الشباب ص 20- 22.

ومن المؤكد أن أفضل طريقة لتحسين الصحة هو تحسين سلوكنا وتحسين معرفتنا، فالمعرفة لا تقتصر على الأطباء فقط، فالطبيب ليس دائماً على حق، وقد يكون لديه دوافع مادية أكثر منها إنسانية. " وبحسب إحصاءات الجمعية الطبية الأمريكية يشكل 35- 40 % من جميع مرضى المستشفيات أناس قدموا للمشافي بسبب ما أصابهم من عمل طبي سابق. وعندما يضاف إليهم عدد الوفيات الناتجة عن الهفوات والأخطاء والإهمال الطبي تظهر أمامنا حقيقة مفزعة وهي أن العناية الطبية هي ثالث أو رابع الأسباب القاتلة في أمريكا"[50] الدولة التي تُعتبر من أهم الدول من حيث التطور العلمي، ولا شك أن التمدن والرقي والبعد عن الطبيعة سبب الكثير من الأضرار للإنسان.

هناك ارتباط وثيق بين الصحة والطبيعة ومن المستغرب أن نستمر بتناول بعض الأطعمة رغم معرفتنا بمخاطرها.

[50]- أنظر الحياة السليمة ص 42.

إمكانية تحقيق السعادة

الحياة أشبه بنهر يجري دائما، وأحداث الحياة لن تتكرر، تأتينا الفرص دائماً ونضيعها عندما نُغلق على نفسنا وتفكيرنا ونقبع في الظلام ولا ننظر إلى الآفاق البعيدة، الحياة مليئة بالجواهر نحن نضيعها، نرمي جواهرنا لأننا لا نعرف ماهيتها، نظنها قطع زجاج مزيفة لعدم معرفتنا بقيمتها، فظلام جهلنا يحول دون وضوح الرؤية.

منذ البداية كل الفلسفات القديمة لم تنفصل في وجودها عن الوجود الاجتماعي، وعن كل ما يقلق الإنسان. آراء كثيرة حول موضوع السعادة، ومعظمها متشابهة، فهناك تقارب إلى حد كبير بين هذه الآراء. ومن المؤكد أن جميع البشر سواء منهم الأذكياء أو الجهلة كلهم يحلمون بالسعادة. ولكن الفرق في تحديد معايير السعادة، وظروفها، ومتطلباتها. مثلاً المريض تتحقق سعادته بالشفاء، وتتحقق سعادة الفقير ببعض المقتنيات التي ربما لا تعني أي قيمة بالنسبة للغني، والمبدع يبتهج عندما ينتهي من إنتاج أحد أعماله. وكل إنسان حسب رأي الحكماء قادر على نيل السعادة إذا حكم عقله، وابتعد عن الغرائز، وتمسك بالفضيلة.

"والكل إجماع على أن محاسن الأخلاق لا تأتي إلا من طريق الفضيلة، وأن سعادة الحياة لا تنال إلا برياضة النفس عليها، حتى تصير فيها ملكة، ولكن من سؤ حظ الإنسان أنه تزحزح عنها واشتغل بالباطل في اجتماعه، وغفل عن حقيقة سعادته، وضل طريقها، وظل يبحث عنها من غير وجودها، وينشدها ولا يدركها، إذ خرجت النفوس عن أطوارها، وتسللت من غرائزها، فأصيبت بالأمراض المختلفة من الأهواء والأطماع والآمال والأماني، فكان لا بد للإنسان من معالجة

نفسه بأن يرتد إلى حكم الطبيعة، وأن يبحث ويفكر ويحكم عقله، ويشحذ إرادته ويُغلب القوة الحاكمة على القوة الواهمة، ويكشف بنور الحقيقة ظلمات الجهل والوهم، ويروض نفسه على أحكام الفضيلة، فلا يشحن نفسه بالرغبات ولا يتركها للجزع والفزع، ولا يعرضها للوسواس والهواجس، وأن يعودها ألا تعتبر كل هذه المطالب الطويلة العريضة التي تشغل أطماع الناس، فالذي يتعين علينا هو أن نرفع عن النفس أوهامها وأباطيلها، وأن نبين لها حقيقة الأشياء، وأن نرفع عنها غشاء الأهواء، وندفع عنها عدوان الرغبات والشهوات"[51].

أما الحياة المثلى والمخرج من مأزق الحياة البائسة في نظر كونفوشيوس تبدأ من الفرد لتشمل كل الإمبراطورية: " القدامى الذين أرادوا أن ينشروا أرقى الفضائل قد بدؤوا بتنظيم ولاياتهم أحسن تنظيم، ولما أرادوا أن يُحسنوا تنظيم ولاياتهم بدؤوا بتنظيم أسرهم، ولما بدؤوا تنظيم أسرهم، بدؤوا بتهذيب نفوسهم، فلما أرادوا أن يهذبوا أنفسهم بدؤوا بتطهير قلوبهم، ولما أرادوا تطهير قلوبهم، عملوا على أن يكونوا مخلصين في تفكيرهم، ولما أرادوا أن يكونوا مخلصين في تفكيرهم بدؤوا بتوسيع دائرة معارفهم إلى أبعد حد مستطاع، وهذا التوسع بالمعارف لا يكون إلا بالبحث عن حقائق الأشياء، فلما بحثوا عن حقائق الأشياء أصبح علمهم كاملاً، ولما كان علمهم كاملاً خلصت أفكارهم، فلما خلصت أفكارهم تطهرت قلوبهم، ولما تطهرت قلوبهم تهذبت نفوسهم،ولما تهذبت نفوسهم، انتظمت شؤون أسرتهم، ولما انتظمت شؤون أسرتهم صلح حكم ولايتهم، ولما صلح حكم ولايتهم، أصبحت الإمبراطورية كلها هادئة سعيدة."[52]

كونفوشيوس يُصر على ضرورة التربية العامة الشاملة، عن طريق الالتزام الأخلاقي، لا عن طريق العقاب، فالعقاب قد يضطر الناس مؤقتاً أن يفعلوا ما ينبغي عليهم أن يفعلوه، ولكن العقاب في أحسن حالاته بديل سقيم لا يمكن

[51]- الأخلاق النظرية 31.
[52]- تيارات الفلسفة الشرقية ص 66 .

الاعتماد عليه. ويقول: لو حاول كل فرد أن يُرشد الناس عن طريق القوة والقوانين ويحافظ على النظام عن طريق فرض العقوبات، فسيسعى الناس لتجنب العقوبات فحسب دون أن يكون عندهم إدراك للالتزام الأخلاقي، ولكن لو أنهم التزموا بالفضيلة فلن يخطئوا، وبالتالي ستكون حياتهم هادئة.

وعن إمكانية تحقيق السعادة سأل راما: – وهو قديس هندوسي كانت تنتابه الشكوك والهواجس حول إمكانية وجود سعادة– " لقد جربنا مراراً وتكراراً أنه لا يمكن أن تنتظر سعادة حقيقية دائمة من حياتنا هذه، لقد تيقنا ذلك ولا نرتاب فيه، ومع هذا يسوقنا الهوى إلى أن نأمل من هذه الحياة كل سعادة. إن اكتناز الثروة لا يجعلنا سعداء، بل كثيراً ما يجرنا إلى الشقاء، وليست الحياة إلا سحابة صيف تمر سريعاً، أو كنور سراج فقد زيته، ومع هذا فرغبتنا فيها دائمة، لا تشبع أبداً ولا تقنع بما في اليد، وكلما ازدادت من شبعها ازداد جوعها وطموحها، وليس في العالم شراً أكبر من الرغبة، إنها تجر حتى أعقل الناس إلى الفتنة، ولا خير في الجسد لأنه محل العاهات ووعاء لسائر الآلام، وهو سائر إلى الانحلال، واتصفت الطفولة بالضعف والعجز وعدم القدرة على الكلام، والتحرر من العلم وقلة الحيلة، ويا تُرى ماذا يجود علينا ذلك الزمن الذي نسميه الشباب؟ وهل الشباب إلا كومضة برق تختطف أبصارنا ثم لا تلبث أن تختفي، وتجيء بعدها الشيخوخة بآلامها القاسية... تتراءى النساء جميلات فاتنات لحين من الزمن فقط... فيا تُرى ما الفائدة من الحياة التي لا مناص فيها من الشيخوخة والموت؟ لا مفر لإنسان من الشيخوخة، إنها تصرع حتى الأبطال الذين لا يعرفون الهزيمة قط في ساحة الميدان، وتلحق حتى الذين يختفون خوفاً منها في الكهوف. وما قيمة الحسد والأفراح والثروة والجاه والمُلك إن كان محتماً علينا أن نموت عاجلاً أو آجلاً، وأن يقضي الموت على كل شيء؟ إن جميع الروابط والعلاقات سلاسل من الأسر والعبودية، والمسرات كلها أمراض فتاكة، كل إنسان تخدعه نفسه ثم تسوقه إلى شراك الأهواء والرغبات". وعن هذه الأسئلة أجابه أستاذه فقال: "إن علة كل هذه

المصائب هي (تريسنا) أي الرغبة في المآرب الدنيوية، إن هذه الرغبة تلدغ صاحبها كالحية السامة الفتاكة، وتقطع كالسيف، وتنفذ كالرمح، وتحرق كالنار، وتطحن كالرحى، ونحن نفتتن بالحياة لأننا نجهل فطرتنا الحقيقية وماهية الدنيا، فالجهل هو علة العلل لسائر الآلام، إن منبع كل الشرور هو قلة العلم، وأحسن دواء هو الوصول إلى الحكمة، فالحكمة هي الجسر الذي يجتاز عليه المرء بسلام بحر هذا العالم، وتنال الحكمة بالسعي والجهد، لأن العلم لا ينزل علينا بنفسه، فالسعي والجد هما الأساس، وليس هناك شيء من الحظ أو القضاء والقدر، فنحن الذين نخلق حظنا بمجهودنا، وليس من سبيل يجنب الشقاء والتخلص منه إلا بسعينا وجهودنا، فالذين يتكلمون عن القضاء والقدر ولا يسعون بأنفسهم هم أعداء أنفسهم، وهم الجهلة والكسالى، الحظ اسم لشيء لا وجود له إلا في أوهام العجزة البله، فإذا كان هناك شيء يصح أن يسمى الحظ فذلك الشيء هو أعمالنا الماضية، من أجل هذا يجب على كل واحد أن يسعى بعزم ثابت ليحقق ما يريد.
وأول ما يطالب به الطالب الباحث عن الحق أو الراغب في تحرير نفسه من انحلال العبودية يتلخص في كلمات أربع هي: الطمأنينة، والقناعة، وملازمة الحكماء، والتأمل العميق. ومعنى الطمأنينة أن يصفو قلب المرء من الكدر، ومعنى القناعة ألا يرغب في شيء وألا يعادي شيئاً، فالحكمة لا تنزل على العقل الذي استعبدته الأهواء والرغبات، ومصاحبة الحكماء تزيل الظلمات من القلب، والتأمل العميق هو الوسيلة للحق. ويعرف الشخص الذي تجمعت فيه هذه الصفات بأن يصبح في حال السرور يسره، والألم لا يحزنه، ولا يتأثر قلبه بالرغبة أو الكره، وإنه على رغم انهماكه الظاهر في الأعمال الدنيوية لا يتعلق عقله بشيء من الدنيا ولا يؤذي سلوكه أحداً، يكون صديقاً للجميع، ترى ظاهره مشغولاً ولكن باطنه في الحقيقة مطمئن تمام الاطمئنان، تحرر من جميع قيود الطبقات، والتقاليد والعادات، لا يعمل عملاً للنفع الذاتي، صدره منشرح والبشاشة لا تفارق وجهه، يعامل سائر الناس بالحسنى، لا يشعر باليأس ولا بالكبر، ولا بالاضطراب

الفكري ولا بالسرور المفرط، كله عطف وحنان وحب، لا يحتقر السرور ولا يجري للحصول عليه، يشعر بالابتهاج في جميع أحواله، حتى في شيخوخته وعجزه وموته، فحياة الشخص المتحرر أنبل حياة وأشرفها، والناس يفرحون برؤيته وسماع صوته".[53]

وعند البوذيين هناك ما يسمى "النرفانا" أي القضاء على الأنانية والتحرر من الهوى وسلطان النفس.

كان بوذا عدو التعصب والغضب والطيش، ويقال أنه لم يعرف الغضب والسخط أو الكلام الجارح القاسي، وكان يرى أن سبب التعصب أو التهور هو الجهل وليس الشر. ومن أهم أفكار بوذا أنه اعتبر الشهوة نار وكذلك العداء والهوى، و الحواس هي التي تشعل هذه النار، ولكي تتخلى الحواس عن هذه الشهوات يجب تطهير الذهن من الأنانية واقتلاع الشهوة من القلب، فالهوى هو أصل الألم، والنفس هي التي تجلب الشقاء، فكل شقاء الإنسان وضجره ينبعث من رغبات النفس، وعندما يمتلك الإنسان البصيرة والحكمة يمكنه التغلب على رغباته ويصل إلى مرحلة النرفانا، أي إلى أعلى درجات الصفاء، بتطهير النفس من الرغبات المادية التي تسبب إذلال الإنسان وتحقيره. رسالة بوذا هي التحرر من كل مادي ثقيل والتخلص من كل فكر عقيم لا فائدة من الاشتغال به. وكان يؤثر الصمت على الخوض في أمور ما ورائية لا يمكن معرفتها كان يقول لأتباعه "فكروا هكذا: هذا ألم، هذا مصدر ألم، هذا إعدام الألم، هذا سبيل إعدام الألم".

كونفوشيوس طرح أفكاراً عديدة لإصلاح العالم أولها التطور والتثقيف عقلياً وأخلاقياً لتوسيع المدارك وتقويتها وتنظيمها. الأعراف مهمة لتأمين النظام والأمان، فإذا خالف الإنسان الأعراف متى شاء لصار العالم مكاناً من الصعب

[53]- أديان الهند الكبرى ص 90 – 92 .

العيش فيه. ووضع كونفوشيوس طريقاً لسعادة الإنسان واهتم بالكيف دون الكم، فمقياس حياة الإنسان ليس طول عمره بل كيف كان نصيبها من الصلاح. وعلى الإنسان أن يسمع الكثير ويترك جانباً المشكوك فيه، وأن يرى الكثير وينتقي ما هو الجيد ليتبعه. والناس سواء ومهما اختلفوا في تعريف السعادة فهم يطلبونها. وما دامت السعادة هي الخير يجب علينا أن نتخذ موقفاً لجلب السعادة. ولهذا كانت فكرة الأخذ والعطاء من أهم الأفكار عنده: "لا تفعل بالغير ما لا يريد المرء أن يفعلوه به". أو "الرجل الفاضل حقاً هو من يريد في تثبيت أقدام الناس كما يرغب في تثبيت قدميه". يريد لنفسه النجاح ويكافح ليساعد الآخرين لينجحوا. ويجد في أمنيات قلبه المبدأ لسلوكه تجاه الغير في منهج من الفضيلة الحقيقية. الحكمة هي معرفة الناس، والفضيلة هي حب الناس".[54]
ومن أقواله أيضاً: السعادة تسود المجتمع إذا سلك كل فرد سلوكاً صحيحاً. يعني أن يعرف كل فرد دوره الطبيعي الذي وضع فيه. يجب أن أحب دوري، أن أتوافق مع مهنتي، مع بيئتي، مع أسرتي، وأقتنع فالقناعة كنز أكثر من أي كنز آخر. واستطاع كونفوشيوس أن يغير اهتمام الناس بالسحر والفأل الحسن إلى الاهتمام بالصواب والخطأ. فكانت تعاليمه تجسيداً للمثل العليا والفضيلة، وبغير الفضيلة لا توجد سعادة.

أبيقور يعتبر أن الأخلاق هي التي تجعل الإنسان سعيداً في حياته والأخلاق هي التي تحدد ماهية اللذة الجسمانية يقول:" إن الطبيعة بفضلها وعطفها علينا قد وضعت في أيدينا كل الوسائل ومهدت لنا كل الطرق للوصول إلى تلك السعادة، وجماع الأمر كله في هذا الطريق، أن نميز بين الرغبات التي تدور في صدورنا ونعرف ما هو طبيعي ضروري، كالرغبة في أصناف الأطعمة وألوانها مثلاً، وما هو ليس بطبيعي ولا بضروري، مثل فضول العيش وكمالياته، فإذا عالجنا النفس

[54]- الفكر الصيني ص 62 .

للتخلص من أسر الرغبات في القسمين الأخيرين، سهل علينا الوصول إلى منتهى طريق السعادة، لأن الجوع والعطش هما الشيئان الطبيعيان دون غيرهما، ومن ذا الذي يعجز أن يجد كسرة من الخبز أو جرعة من الماء فالقناعة والزهد والتقشف وراحة البال هي الغاية."[55] المقصود أن اللذات تُفضي إلى الآلام، وتكاليفها باهظة، الإنسان المعتدل يتخذ موقفاً وسطاً ويأخذ من الأشياء التي تفيده ولا تسبب ألماً إذا فقدها.

عندما نحصل على ما يكفينا من الغذاء والكساء والسكن لماذا سنُرهق نفسنا ونصرف وقتنا في المزيد من ساعات العمل المرهق، من أجل الإنفاق على الكماليات فقط! ولماذا لا نستفيد من الوقت للتعلم أو للهوايات المفيدة أو للتنزه في الطبيعة...

أبيقور يشدد على ضرورة الموعظة الحسنة للتخلص من المشاكل، وعلم الأخلاق هو أفضل العلوم وأكثرها فائدة: "وما ينفع الإنسان من تلك القياسات والمغالطات في شفاء النفس من رذائلها، وتحليتها بفضائلها؟ ولعمري لو أنك جئت بألف عالم من علماء المنطق، وجئت أمامهم مثلاً بهذا الذي يعضه الفقر بنابه، وهذا الذي يُقَدم للقتل بين النطع والسيف، وهذا الذي يشكو ويئن وهو تحت أثقال الذهب التي ابتزها بطرق الخيانة والنذالة واكتنزها بحبائل الغش والخداع، وهذا الذي يهاب الخطوب ويفزع من الكوارث، وهذا الذي أضناه الملل والسأم وهو في سعة من جاهه وماله، وهذا المريض، وهذا الجريح، وهذا الأسير، وتلك الثكلى، ثم أخذوا ينثرون عليهم ما في كتبهم من الجدل والسفسطة التي قضوا العمر في طلبها، وينفثون ما في صدورهم من القضايا، أكان ذلك ينفعهم في شيء؟ أكان يشفيهم من دائهم، ويسكن من أوجاعهم، فينقلب البائس وقد انفرج بؤسه، والحزين وقد سرى همه، والمحتاج وقد خف عنه عبء فقره، والمعذب وقد قويت عزيمته على احتمال عذابه، والخائف وقد ذهب عنه روعه، والغني وقد علم أن الغنى غنى

---

[55]- أنظر قضية الفلسفة ص 29.

النفس لا غنى المال؟... وماذا يُفيد الناس في هذه المواقف غير الموعظة الحسنة، ما يقشع عنه ظلمات ما هم فيه من الأحزان، ويكشف لهم عن حقائق الأشياء في هذه الحياة، ويبين لهم ما هو الضروري من العيش، وما هي الفضول والزوائد التي أورثت الإنسان أنواع البلاء والشقاء".[56]

[56]- قضية الفلسفة ص 30.

أوهام السعادة

1- المدنية

هل المدنية زودتنا بمزيد من السعادة؟ وما كان نتاج العلم والتقنية؟

"روسو دعا إلى انتزاع قناع النفاق واستئصال الحسد والكبرياء والاصطناع ابتغاء الوصول إلى الشفافية والبراءة والطهارة، مما كان في الحال الأولية للإنسانية حيث نعِمَ الإنسان بالبراءة والخير، ولكن المجتمع والحضارة والنظم الاجتماعية هي التي أفسدت طبيعة الإنسان وقد ولدَ خيّراً بالطبع."[57]

مهما كانت التطورات العلمية والتقنية مذهلة إلا أنها لم تساهم في خلاص البشرية من الشقاء، البحث عن السعادة لم يتوقف، ولم تتغير مشاعر الناس بين الماضي والحاضر، الكل يمر بمواقف مفرحة أو محزنة، ولم يزل الإنسان يشعر بأن هناك شيء ما ينغص حياته ويحد من إمكانياته. وربما ازداد هذا الشعور مع زيادة التطور. "وما لاحظه علماء النفس، دون أن يستطيعوا تفسيره من الناحية الوجودية هو أن التألم يزداد مقداره ونوعه تبعاً لازدياد الرقي في سلم الكائنات، حتى أن أدناها في مراتب التطور أقلها تألماً، وأعلاها في مراتب التطور أكثرها شعورًا بالألم، وهذا يفسره النفسانيون على أن ذلك راجع إلى رقي الشعور كلما علا الكائن في سلم التطور، وذلك على أساس أن الرقي في مرقاة التطور، معناه تحقيق الكائن لإمكانيات أكبر، نوعاً ومقداراً، والتحقيق يلقى مقاومة من جانب الغير، وكلما زادت الإمكانيات التي ستُحقق، زاد الألم الناتج تبعاً لزيادة المقاومة، ففي الحيوانات ذوات الخلية الواحدة لا نرى شعوراً بالألم، إنما يبدأ ذلك في ذوات

---

[57]- الأخلاق النظرية ص 274 .

الأكثر من خلية، ويزداد بازدياد عدد الخلايا، وهكذا حتى يصل إلى الإنسان. والإنسان بدوره يتدرج في هذه الناحية في سلم يبدأ من الإنسان البدائي، مستمراً حتى إنسان الحضارات العليا في أعلى مراحل تطورها... ومن الملاحظ أن الشعوب البدائية قليلة الشعور جداً بالألم، وهذا ما نسميه نحن سرورهم، إذ نراهم محتفظين دائماً بنوع من المرح الهادئ؛ والحال على العكس من هذا بالنسبة للمتحضر فهو سريع التأثر بالألم، مع أنه أقل عرضة للأخطار الخارجية من البدائي الذي هو فريسة هينة لكل عوامل الطبيعة، من ظواهر وحيوانات مفترسة"[58]. هذا مثير للانتباه رغم أن الأخطار التي يواجهها الإنسان البدائي المتعلقة بالعوامل الطبيعية ليست سهلة، ولكنها أقل تأثيراً من الأخطار المرتبطة بحياة المدنية، مهما كانت مخاطر العوامل الطبيعية، أو شراسة الحيوانات المفترسة لن تتسبب بأخطار أكثر من خطورة دمار الأسلحة المتطورة مثلاً. وما نراه في حروب اليوم مرعب!. ولهذا كان روسو مصيباً حين قال أن الحضارة تسلب الإنسان السعادة.

التقنية الحديثة قد ساهمت في تقديم الكثير من وسائل الراحة، ولكنها بالمقابل أصبحت الخطر الأكبر على مصير وسلامة العالم؛ هذا التهديد يبدد لدى الناس كل شعور بالطمأنينة، وهذا التهديد لم يكن موجوداً في الماضي، هذه المخاوف الحديثة هي السبب في القلق والتشاؤم. ربما هذا هو السبب الذي لم يستطع علماء النفس تفسيره، في أن الشعوب البدائية كانت أكثر سعادة من شعوب العالم المتحضر.

روسو يعتبر أن التمدن اللبق أو الراقي ليس فضيلة، بل شكلاً من الدهاء يرمي لتزيين الشر. يقول: " أُقلب الكتب عن الحق والمبادئ الأخلاقية؛ أنصت للأساتذة والفقهاء وعقلي مليء بمذاهبهم الجذابة؛ يروق لي السلام والعدالة التي أرساها النظام المدني... أبارك حكمة مؤسساتنا السياسية؛ أطوي الكتاب وأخرج من قاعة

---

[58]- الزمان والوجود ص 158-159 .

المحاضرات وأتلفت حولي... ألمح أمماً تعيسة تئن تحت نير من الحديد؛ وألمح البشرية تتعرض للسحق على يد حفنة من المضطهدين؛ ألمح حشدا جائعاً أنهكته المعاناة والمجاعة، في حين يشرب الأغنياء دم ضحاياهم ودموعهم على راحتهم؛ وألمح أصحاب النفوذ من كل طرف مسلحين بالسلطات المرعبة للقانون ضد المستضعفين"[59]

العنف ليس من المواضيع المحببة أو المقبولة عند الجميع، ولكن حسب ما نرى أن الإنسان كلما ازداد تطوراً ازداد توحشاً. ولا يمكن تجاهل هذه الأعمال الوحشية والمجازر، هذا الواقع الكريه يسبب لنا نوبات من القلق والكآبة الخانقة. العالم الآن يغرق في هذه الدوامة المرعبة أكثر من أي وقت مضى. كتب جورج أورويل بعد القصف الذري لهيروشيما وناغازاكي بفترة وجيزة فقال: "تمثّل عصر الديمقراطية العظيم وحق تقرير المصير الوطني بعصر البندقية. ثم أردف منوهاً بأن قدوم العصر النووي دفع بالإنسانية إلى نظام أكثر اختلافاً وتعاسةً. يجازف الكائن البشري بتحطيم ذاته بأسلحته الذاتية الغريبة أو بتحطيم الديمقراطية بنوع جديد من العبودية بلغة سلام "حرب باردة" لا يعد هو الآخر سلاماً على الإطلاق".[60]

ومن ناحية أخرى إذا كان التألم مصدره عدم تحقيق الأمنيات؛ فهل أمنيات الناس في الحاضر معظمها قابلة كي تتحقق؟ وهي بمجملها غير واقعية عند معظمهم، ففكرة القناعة أو الزهد والتقشف باتت من الماضي.

وكيف يمكن أن تتحقق أمنيات شعوب مضطهدة مصادرة أراضيها! ومصادرة حريتها وهويتها!

"الشاعر الروسي ألكسندر بوشكين تأثر كثيراً بحياة الغجر، بعدما رأى في حياتهم كل أفعال الحرية، فكتب قصيدةً طويلة تصف أجمل ما في حياتهم، بوصفهم بشراً قادرين على توليد المتعة من طواحين الألم، وبشراً يبنون مدناً من العفوية

---

[59]- العنف والديمقراطية ص 55.

[60]- العنف والديمقراطية ص 19.

والبساطة والتلقائية. من دون حساب أو وجل أو خوف... إنهم أشقاء النبات الذي يمتد ويتطاول كيفما يشاء... على النهر يقيمون بيوتهم في خيام رثة، باحثين عن غطاء من نسائم الليل الباردة في الهواء الطلق، نومهم هادئ كما الحرية، إقامتهم سعيدة... فكل شيء جميل في الطبيعة، ضوء القمر، النهر، الهواء الطلق، وكيف يندفع الشعب الغجري مع شروق الشمس خارج خيامه في صخب، حشد بطيء لكنه مبتهج ومرح وسعيد... حيثما يدركه النوم سينام، وحينما تهفو نفسه للرحيل للسفر سيرحل ويسافر...

بالمقابل يصف حياة المدنية:

بلادي أروقة خانقة حيث لا تحمل نسائم الربيع العطرة أبداً، من المروج والفيافي المزهرة، نسمة تصلها من الهواء البارد الطلق، حيث يُحتقر الحب ككل المشاعر الحقيقية، ويُذبح الفكر وتباع الحرية، حيث يتوسل الرجال راكعين أمام أصنامهم بصورة مخزية من أجل الذهب والقيود... "[61]

روسو أيضاً تحدث عن فكرة ما هو بدائي هو أيضاً خير. وأفلاطون في كتابه "القوانين" وصف الأشخاص البدائيين بكلمات واضحة، وبصورة مماثلة لتلك الكلمات التي ذكرها الطاويون عن الطبيعة على أنها في جمالها وسكونها وطيبة الناس الطبيعيين، فلا يوجد بينهم أغنياء ولا فقراء، والمجتمع الذي لا يوجد به فقر ولا غنى سيظل دائماً متمسكاً بأنبل المبادئ، فلا يوجد به صَلَف ولا ظلم، ولا توجد به أية منازعات أو أحقاد. ولذا فهم خيرون، وهم كذلك لأنهم كانوا ما ندعوهم بسطاء العقول، وعندما أحيطوا علماً بالخير والشر كانوا في بساطتهم يؤمنون بأن ما سمعوه هو منتهى الصدق وكانوا يمارسونه".[62]

الأميون يعيشون بغبطة وسلام بفضل حسن التناغم مع بعض الخرافات. فهم لا يملكون الحجج على بعض مبادئ العقل وتبعاً لخبراتهم الماضية عليهم التمسك

---

[61]- مجلة الآداب العالمية العدد 157 .

[62]- الفكر الصيني ص 151.

بالتعليل الذي يقوم على وجود قوة إلهية تعاقب الأشرار وتجزي الأخيار. وعندما يتم التسليم بمبدأ العدالة الإلهية فهذا التسليم يؤدي إلى سلام المجتمع وأمنه ونظامه واعتداله، وبالتالي تكون راحة البشر، ويكون بعدهم عن المخاوف والتوتر؛ ما دام تسليم كل أمور الحياة إلى خالق عظيم لا يترك محبيه يسقطون في هاوية الأحزان. وهذا قد ينتقده دعاة التطور وأنصار مدرسة الشك! ولكن إذا كانت بساطة هؤلاء الشعوب ستجر عليهم السعادة والهدوء والتسامح، فما المشكلة في التمسك بالحياة البدائية البعيدة عن المظاهر والغطرسة والتمرد والسيطرة، وهذه أمور تقلل من حجم وفداحة الصراعات القائمة، والخارجة عن المألوف، فهذه المشاهد الدموية هي الشر والتخلف! وليس حياة البساطة بكل أشكالها. وهذه الحياة مهما كان وصفها أو مساوئها لن تشكل أي خطر على الإنسانية كالخطر القائم في عالم التقنية والتطور، الذي يهدد الأرض بالتدمير، حتى ولو خضعت هذه التقنيات لأكبر قدر من الانضباط والصيانة والمراقبة، وخاصة مع وجود أشخاص لديهم ميول عدائية مرضية، أو بوجود أشخاص يفضلون المال على الفضيلة. وربما ساعد العلم على أشياء كثيرة مهمة وإيجابية ولكنه بالمقابل ساعد على تطوير وسائل الدمار التي باتت تهدد العالم بأسره.

"إن مكتشفي القوانين العلمية غالباً ما يسهمون في تحقيق غايات تقنية، وبات التحكم في البيئة ليس غاية من غايات العلم بل هدف من أهداف التقنية. ومنذ أن توقفت الجامعات ومراكز البحوث عن تشكيل البيئة الطبيعية للعلماء، أصبحوا مُستخدمين يقدمون خدماتهم إلى شركات صناعية وتجارية كبرى. وتحكمت النزوات الرأسمالية بالقطاعات الاقتصادية، والحكومية، وأسهمت في جعل العلم مجرد وسيلة لجني الأرباح وكسب النفوذ، وهكذا غدت قيمة المشروع العلمي ما يحقق من الأرباح، وتُقدر أهميته وفق عائداته المادية. ولهذا من وجهة نظر أخلاقية يمكن التشكيك في موضوعية العلم وحياده في بعض الأحيان.

وأكثر من هذا هناك أشخاص يبدون استعداداً مستمراً لرؤية مصالح الأقوياء وراء كل زعم علمي".[63]

"مع بداية العقد الثامن من القرن العشرين، تقدمت تساؤلات كثيرة إلى الواجهة، تحاول تبيان أثر العناصر الاجتماعية في العلم. فبدل البحث في البنية المنطقية والعقلية لاكتشاف ما، تقدمت مسألة البحث في قيمة الاكتشاف والفئة المستفيدة منه... على هذا النحو لم يعد المضمون المنطقي العقلي يلعب الدور الأساسي في مسألة قبول النظريات ورفضها... فالمفاهيم العلمية والاكتشافات أخذت تظهر كأنها نتيجة للفعل الاجتماعي أكثر من كونها نتيجة للفعل العلمي. وما دامت المعرفة العلمية ليست موضوعية ولا تمتلك بنية منطقية عقلية مستقلة، وتتخللها عوامل اجتماعية وأخلاقية ونفسية، فما الذي يجعلنا نقبل العلم ونسلم بموضوعيته، ونشكك في المعارف الأخرى كالدين والفلسفة والأساطير بحجة أنها غير موضوعية".[64]

هذا لا يعني التقليل من أهمية العلم الذي قدم الكثير، وساهم في خير البشرية، ومن المفروض أن يحقق الراحة والأمان للبشرية، ولكن الكارثة أن هذه العلوم وهذه التقنيات في بعض جوانبها، باتت لخدمة الرأسمالية، أكثر منها لخدمة البشرية.

2- المال

معظم الناس يعتقدون أن السعادة لا تتحقق إلا بالمال. ولكن هل يستطيع المال وحده تحقيق السعادة؟

ما هو الغنى؟ هل هو اكتناز المال؟ أم إدراك المرء لإمكانياته؟

---

[63]- عالم الفكر – رقم 35- ص 376.

[64]- عالم الفكر – رقم 36 – ص 60 – 62.

وهل سأل احدنا إذا كان المال قد أعطاه سعادة إضافية؟ وهل فكر أحدنا كم من الوقت ومن الجهد قد أنفق للحصول على المال؟ وإذا كان هذا المال قد صٌرف في مكانه أو ضاع خلف كماليات لا فائدة منها!.

جمع المال يحتاج إلى المعرفة والحكمة والقدرة على الرؤية الصحيحة والأخلاق. فالطمع وعدم النزاهة وضروب الاحتيال كلها تجر نحو الهاوية والتعاسة، وفي أكثر الأحيان المهتمين بتكديس الثروات يتصرفون على نحو تنافسي متجاهلين الكثير من الواجبات الخُلقية.

وما هو الفقر؟ هل الفقر هو قلة المال، أم قلة المعرفة؟

قد يكون الفقر من سوء التدبير، أو من السلطة السيئة، أو نتيجة الظلم. وفي بعض الحالات قد يكون بسبب المرض أو بسبب وجود إعاقة.

أفلاطون يقول: "الثروة والفضيلة لا يجتمعان إذ بينهما ذلك الفارق الذي يجعل كفة إحداهما تنخفض كلما ارتفعت الأخرى، فإذا كرمت الثروة والأثرياء في دولة ما، قل تكريم الفضيلة والفضلاء فيها حتماً".

المال ضرورة ولكن الاستقرار ضرورة أكثر، فهناك طرق تُعتمد لجمع المال لا تحقق الاستقرار ولا الطمأنينة. والتعلق بالقيم المادية لن يمنح الإنسان الفرح بل يضاعف من يأسه ويزيد من انهماكه في العمل لتحقيق المزيد من المكاسب، بدلاً من إدراك نعمة الكفاية والقناعة. "ثمة أناس فقراء عرفوا جميع أنواع المحن التي ما فتئت تنزل بهم، ولكنهم يتحلون بتفاؤل متين. ومن باب الماركسية نؤكد: أن جميع البرجوازيين يتسمون بمواقف الحذر وسوء الظن والتحفظ لأنهم رأسماليون، بينما يتصف البروليتاريون كافة بأنهم كرام، بشوشون"[65]. أرسطو يقول إذا

---

[65]- المواقف الأخلاقية ص 9.

تجاوزت الثروة حدود الغايات السليمة فإنها تتحول إلى خطر جسيم، فالاعتدال هو الإيجابي.

"علاقة المال بالسعادة علاقة معقدة –تقول بانشال– إذا كنت تحت خط الفقر فإن زيادة الدخل تسعدك ولكن إذا وصل دخل المرء إلى مستوى معين فإن أي مال إضافي لن يزيد من سعادته كثيراً". في بريطانيا والولايات المتحدة واليابان تضاعفت الدخول خلال الخمسين سنة الماضية. نحن نعيش بشكل جيد ولدينا منازل أكثر راحة مليئة بالأجهزة الحديثة، ولدينا كل أدوات الرفاهية، ونسافر إلى الخارج لقضاء عطلاتنا، ونتمتع بصحة أفضل ونعيش أطول، ولكن لا يبدوا أن كل هذه المنافع، التي هي موضع حسد الكثيرين في الدول النامية، قد ساهمت في زيادة سعادة الإنسان حسب ما توصلت إليه دراسات طويلة الأمد. أحد الأسباب هو أننا بدأنا بمقارنة أنفسنا بالآخرين، مما يؤدي إلى الشعور بعدم الرضا والسخط. إذا كان عليك أن تقارن فليكن مع من هم دونك مرتبة. يستطيع دماغ الإنسان التكيف بسهولة مع ظروف جديدة، ويفيد ذلك في معركة البقاء، ولكن في المجتمعات العصرية تحول الأمر إلى "روتين من المتعة" حيث نعتاد على ما في أيدينا ونتطلع للمزيد. على سبيل المثال: لا بد أنك ابتهجت عند شرائك لسيارتك الأولى ولكن وبسبب الإعلانات المقنعة، تُغير سيارتك بأفضل منها، وكذلك دواليك. ولكن لو اضطرتك الظروف للعودة إلى النموذج القديم لن تشعر بالسعادة. وهناك دراسة تبين أن مجموعة من النساء الفيليبينيات اللواتي يعملن في الخدمة المنزلية في هونغ كونغ هن أسعد الناس على الرغم من أنهن بعيدات عن عائلاتهن ويعملن لساعات طويلة في ظروف سيئة مقابل أجر زهيد. ربما يعود السبب إلى أن هناك صلة قوية بين هذه النسوة والهدف الذي يسعين من أجله من أجل كسب النقود وإرسالها إلى عائلاتهن مما يمنحهن شعوراً بالرضا. وتُظهر دراسة صور الدماغ، أن الرهبان البوذيين هم أكثر الناس سعادةً".[66]

---

[66]- الثقافة العالمية – العدد 151- ص 8.

وأحياناً يسبب المال نتيجة الثراء المفاجئ، أو الإفلاس المفاجئ حالة نفسية مرضية تتسم بالخوف والقلق.

"فوبيا المال هي خوف مرضي مبالغ فيه، سواء كان ذلك في الحصول عليه أو في ادخاره أو إنفاقه. فإذا أنفق المريض ماله يخشى أن يكون قد أنفقه في غير موضعه. وألا يستطيع الحصول عليه ثانية، وإذا احتفظ به وادخره يظل حارساً له خائفاً على ضياعه. وأحياناً ما تحدث فوبيا المال نتيجة الثراء المفاجئ، وعدم قدرة الفرد على التعامل مع أوضاعه المالية الجديدة، والافتقار إلى فن إدارة المال فالثراء المفاجئ ربما يولد نوعا من الشعور بالسعادة لدى الأسوياء، تطول مدته أو تقصر، ولكنه يؤدي إلى شعور عام بالخوف والقلق طويل الأمد. ويرجع هذا القلق إلى خوف المريض من ضياع ماله... من ثم يتضح أن الخوف من المال ليس كراهية له بقدر ما هو حب شديد مبالغ فيه. فبدلا من أن يخدم المال صاحبه، يتحول الفرد إلى خادم أمين للمال".[67]

ولا يمكن أن نُغفل أهمية العمل بالنسبة للمال، فمعظم الناس ينظرون إلى العمل كوسيلة لجمع المال فقط، فالمال في المرتبة الأولى، بغض النظر عن طبيعة العمل، أو النتائج النفسية للعمل، فلا يمكن لإنسان أن يشعر بالرضا والطمأنينة وهو مجبر على القيام بأعمال لا يحبها.

لا شك أن المال يستطيع تحقيق قدرا من السعادة، ولكن ليست السعادة المطلقة، والسعادة المبنية على المال فقط ستكون آنية وهشة وسرعان ما تتلاشى؛ بل على المرء الاهتمام بالمعرفة التي تحصنه أمام أي عثرة قد تواجهه، وعليه التحلي بالقناعة، حتى لا ينجرف خلف الطمع، فيفقد السيطرة على النزوات، ويعجز عن ضبط أهوائه.

---

[67]- سيكولوجية المال ص 139.

هذه الحكمة من كتاب (لاوتزو) تعبر خير تعبير عن القناعة:

"إذا أردت أن لا تسكب النبيذ، فلا تملئ الكأس أكثر مما ينبغي.

وإذا لم ترد أن يقتحم دارك اللصوص، فلا تملأه بالذهب والأحجار الكريمة.

فالثراء والجاه والغطرسة تضيف إلى الدمار، تماماً كما لو أضفنا اثنين إلى اثنين لكان الناتج أربعًا.

وإذا أديت عملك ووضعت أساس شهرتك، انسحب هذا هو طريق السماء.

من الحكمة أن نتفهم غيرنا

ولكن لكي تفهم نفساً من النفوس يجب أن تكون مستتيراً

ومن يتغلب على غيره فهو قوي

ولكن من يتغلب على نفسه فهو قدير

من يمتلك أعظم الممتلكات

هو الذي ستكون خسارته خسارة فادحة

ولكن من هو قانع فهو لا يصيبه أذى

ومن عنده من الحكمة ما يكفي لحمله على التوافق عن هذا التملك، فهو الثابت.

ما من مصيبة أكبر، من أن لا يعرف المرء، متى يكون عنده ما يكفيه.

وما من نكبة أكثر ضرراً، من الرغبة في امتلاك المزيد.

فلو أن المرء خبر القناعة التامة مرة، فلن يرضى أبداً مرة أخرى من القناعة بديلاً.

فلا نكبة أفظع من العزوف عن القناعة، ولا نازلة أسوأ من الجشع."[68]

وهذا قول لأحد فلاسفة الرومان الكبار يدعى (منكا): "إذا ظهر لك أن ما لديك قليل، فاعلم أنك لو ملكت الدنيا لظهرت أمام عينيك قليلة كذلك".

مقدار المال ليس هو الحل، بل التدبير والحكمة في الإنفاق.

---

[68]- الفكر الصيني ص 156- 157.

"وفي دراسة أجريت عدة مرات تبين أن الانخفاض في الثقافة الاجتماعية يهيئ الناس للمرور بأحداث حياة سلبية، وخاصةً فيما يتعلق بالعمل والمستوى المادي للمعيشة، وهذا بدوره يؤدي إلى الشقاء أو التعاسة."[69]

هاري إيمرسون في كتابه القدرة على العمل يصور لنا شخصية المسؤول بشكل جميل: "من أين جاءتنا تلك الفكرة التي تقول: إن الحياة الرغدة والخالية من العقبات الصعاب تبعث للحياة بأسعد الرجال. الأمر هو العكس تماماً، فالذين تمرسوا على رثاء أنفسهم سيبقون على هذا الحال حتى لو ناموا على فراش من حرير، والتاريخ خير دليل وشاهد، فقد دلنا بأن العظمة والسعادة تسلمها من ولدوا في بيئات مختلفة منها الجيد ومنها الرديء، لكنهم حين حملوا المسؤولية على أكتافهم لو يتركوها تقع إلى ما وراء ظهورهم".

لا فائدة من لفت الانتباه والتذمر، وإظهار الكفاءة أمام الناس هو إشباع للغرور، والغرور ما كان يوماً من بواعث السعادة، بل هو مرض مرده ضعف الشخصية. والغني هو عرضة للغيرة والحسد وقد يواجه الأعداء ويتعرض للمكائد، فلا داعي للإسراف ولفت الانتباه وإظهار الكفاءة أمام الناس. ليست السعادة في امتلاك القصور والمجوهرات، وليست السعادة في الظهور، فالشهرة هي قيود. لا شك أن المال يخفف من العناء الذي يسببه الحرمان والفقر، ويمكن أن يُعطي شعوراً بالبهجة، ولكنه ليس مقياساً لتحديد مدى سعادة الناس. " النظرة التي هي على درجة كبيرة من السذاجة هي التي تجعل الناس يخطئون تصور المصدر الحقيقي لعدم الاكتفاء، وبذلك يلجئون إلى ابتداع نظريات خاطئة ليفسروا سبب عدم اكتفائهم. ليس الناس بحاجة إلى أدوات مادية أفضل فحسب، بل هم بحاجة أيضاً إلى حرية أكثر وإلى توجيه ذاتي أكثر وإلى انفتاح على الإبداع".[70]

[69] سيكولوجية السعادة ص 159.

[70]- أسس لإعادة البناء الاجتماعي. ص 37.

"ليست الرغبة في المال كوسيلة لتحقيق غايات معينة بموضع للتساؤل، قد يرغب فنان ناهض في المال لكي ينصرف كلياً إلى فنه، ولكن هذه الرغبة محدودة ويمكن لكمية متواضعة من المال أن تشبعها كلياً. الاعتقاد بأن كل القيم يمكن أن تُقاس من وجهة نظر المال، وأن المال هو المقياس الأول والأخير للنجاح في الحياة، تُطبق جماهير مؤلفة من الناس هذا الاعتقاد بالفعل، ويدفع الناس ليعتبروا رغباتهم التي تخالف الرغبة في تجميع المال غير مهمة... لقد أودت عبادة المال بكل ما هو عظيم في الإنسان إلى رقاد شبيه بالموت، خاصة إذا وصل إلى حد التغيير. ويأكل الحرص والقلق الناتجان عن الخوف من فقدان المال قدرة الناس على السعادة، ويصبح التخوف من حلول المصائب نفسه مصيبة أكبر... إن أسعد الناس كما نستطيع كلنا أن نشهد على ذلك من اختبارنا الشخصي، هم أولئك الذين لا يبالون بالمال، إذ أن عندهم مقصداً إيجابياً يطرد المال خارجاً".[71]

وأخيراً ما قاله (ديوجين) يلخص كل الموضوع: "لا ملك لإنسان إلا ما تمتلكه نفسه، لا ما تمتلكه يده، فما يملكه الإنسان في الحقيقة، هو ما كان في نفسه لا في يده وما عدا ذلك فهو في يد الدهر".

3- اللذة.

كل إنسان يسعى للحصول على اللذة، والهروب من الألم، ولكن معظم الفلاسفة أجمعوا بأن اللذة لا تكون لذة إذا كانت مترافقة مع الألم والخوف. ولهذا هناك فرق كبير بين اللذة والسعادة، فالسعادة حالة لا يمكن قياسها، بينما اللذة خاضعة لإرادة الحواس، وهي عابرة وآنية، عكس السعادة التي تعبر عن حالة مستمرة من الرضا والانشراح.

---

[71]- أسس لإعادة البناء الاجتماعي ص 98.

من الملاحظ أن كل فرد يسعى من أجل لذاته الخاصة، ولكن المفارقة في أن بعض الأفراد بسبب أنانيتهم لا يفكرون بمبادئ السلوك الإنساني أو الخير العام، بينما البعض الآخر قد يصرف النظر عن لذته الخاصة إذا كانت قد تسبب الأذى للآخرين؛ وهذا التأجيل أو التخلي عن لذة آنية عابرة سيمنح صاحبها لذة أكبر بسبب موقفه الأخلاقي. لقد اعتقد أبيقور أن شكلاً من أشكال اللذة يكمن في غياب الألم والقلق.

هذه أبيات رائعة في"الجيتا" تعبر عن أشياء الحس:
"إذا فكر المرء في أشياء الحس،
فهناك تنبثق الاستمالة.
ومن الاستمالة تنشأ الرغبة،
وتتأجج الرغبة فتصبح شهوة
والشهوة تولد الطيش.
ثم أن الذاكرة – وقد خُدعت –
تتخلى عن الهدف النبيل، وتخرب العقل،
حتى يهلك الهدف، والعقل، والإنسان جميعاً".[72]

اللذة السامية هي التي تمنح الإنسان الإحساس بالمتعة، وهذه تأتي من خلال عمل محبب كالشعر أو الموسيقى أو الابتكار، وكل عمل محبب يجلب السعادة، فخير للإنسان أن يقوم بالعمل الذي يحبه ويتقنه، بدل الانجراف خلف أهواء عابرة ومؤذية.
أرسطو يقول: يجب أن نحث كل شخص لديه القدرة على أن يعيش وفقاً لاختياره، أن ينشىء موضوعاً لنفسه يهدف إليه، قد يكون هو الشرف أو الشهرة أو الثقافة،

[72]- قصة تجاربي مع الحقيقة ص 322.

سوف يقوم بكل أفعاله استناداً إليه، لأنه حينما لا تكون حياة المرء منظمة وفقاً لهدف ما فإن ذلك هو الحماقة.

أبيقور يقول بضرورة التمييز بين أنواع اللذات والآلام. ووضع أربع قواعد لتجنب اللذات التي تسبب الآلام وهي:

1- الأخذ باللذة التي لا يعقبها ألم.

2- تجنب الألم الذي لا يؤدي إلى أي لذة.

3- تجنب المتعة التي تحرم من متعة أكبر، أو قد تسبب من ألم أكبر مما تجلب من لذة.

4- قبول الألم الذي يخلص من ألم أشد، أو يعقبه لذة أكبر.

ثم ينتهي أبيقور إلى نوع من حساب اللذات ومن قواعد الأخلاق المعتادة مثل: العفة، والاعتدال، والإحسان، والصداقة، واحترام القوانين. ويجعل الغاية من الأخلاق الوصول إلى طمأنينة النفس، وهو أمر لا يتحقق إلا بالابتعاد عن الشؤون العامة، والقناعة بالقليل، حتى يُطيل الحكيم في عمره، ويحافظ على صحته، ويظل مستقلاً عن الناس. ويقال أن أبيقور كان يعيش هو وتلاميذه في حديقتهم أبسط عيشة، مقتصرين على الضروري. وكان يميز بين الرغبات الطبيعية الضرورية، وبين الرغبات غير الضرورية الصادرة عن الغرور والتفاخر والشهوة البهيمية لأنها تفسد هدوء النفس وتستعبدها، ويمكن للإنسان أن يكتفي بأقل قدر من الطعام والشراب والملبس وغيرها. وكلما كانت الرغبات أكبر كلما كان شقاء الإنسان أكثر، فهذه الرغبات تحتاج إلى الجهد والمال والوقت للحصول عليها، وهذا الانهماك في سبيل الحصول على الكماليات يكلفنا الكثير من الجهد والتعب مما يقلل السعادة ويسهم في زيادة الكلفة وزيادة السعي خلف المنفعة الذاتية والأنانية، وهذه الأنانية لا تفيد إلا صاحبها. [73]

[73]- الأخلاق النظرية. ص 244.

ويرى **سبينوزا** أن السعادة تكون في قدرة الإنسان على المحافظة على وجوده. ويقرر أن العقل لا يطالب بشيء متناف مع الطبيعة، ولا مضاد لها. وتبعاً لذلك يرفض اسبينوزا الزهد ولكنه يدعو إلى الاعتدال في تناول اللذات، فيقول: "من شأن الإنسان الحكيم أن يستمتع وأن يسترد قواه بفضل الطعام الجيد والشراب اللذيذ ولكن باعتدال، وكذلك استعمال الطيب، والتحلي بسحر النبات اليانع، وباستعمال الزينة، والاستماع إلى الموسيقى، ومشاهدة المسرحيات... ولكنها كلها أمور يمكن المرء أن يتناول منها دون إلحاق الضرر بالغير".28

أفلاطون دافع بشدة عن أهمية التعقل وعدم الانجراف خلف اللذات دون حساب. فإذا لم يتحكم المرء بغرائزه وانفعالاته حتماً سيرتكب الأخطاء، ولا تتجسد السعادة إلا في البعد عن الشهوات، والحكيم هو الذي يضبط شهواته. فيقول: "وكانت حياة الشهوة موتاً متكرراً، مثلها مثل الدن المثقوب تصب فيه فلا يمتلئ، أو مثل الأجرب لا يفتأ يحس حاجته لحك جلده فيحك بقوة فتزيد حاجته ويقضي حياته في هذا العذاب. أو مثل مدينة رعاعها هائجة مائجة، أو مثل مسخ متعدد الرؤوس، وسبع جائع تمزقه الشهوات وتتغذى بلحمه ودمه وهو لا يملك فكاكاً بعد أن ارتمى بين أيديها عبداً وضحية. هذا المخلوق لا يمكن أن يحبه الناس، ولا ترضى عنه الآلهة، بل لا يمكن معاشرته فلا يذوق لذة الصداقة فهو شقي للغاية... فلا تقل أن السعادة تقوم في الشهوة القوية وفي اللذة، وإنما قل أن الإنسان أسعد حالاً في النظام منه في الإسراف. ولو اتبعنا حساب أصحاب اللذة بشرط أن تضبط الحساب، لوجدنا أن الحياة الفاضلة هي ألذ حياة. تمتاز بخفة الانفعال وضعف اللذة والألم، ولكن اللذة فيها أغلب وأدوم، في حين أن الألم أغلب وأدوم في حياة الرذيلة".[74] أفلاطون يقول الناس يخطئون بسبب نقص المعرفة وبسبب الجهل في قياس نتائج الأفعال. فإذا سيطر المؤلم على السار ينبغي أن نحجم عن القيام

---

[74]- تاريخ الفلسفة اليونانية ص 94.

بالفعل الذي ستكون نتائجه مؤلمة. ويرى أفلاطون أن الحكيم والجاهل كليهما يسعى إلى الخير ويستشرف إلى السعادة، لكن الحكيم هو من يعرف حقيقة الخير بينما الجاهل لا يعرف إلا الظواهر، فيتصور أن الخير هو اللذة، مع أن اللذة هي المظهر الحسي فحسب. ولذا يقبل على اللذة وينحرف عن سبيل الخير. والحكيم يعرف حقيقة الخير، فإن وجده في اللذة أخذ منها، وإن وجده في غيرها أخذ به، فمتى علم بالخير أحبه وسلك وفقاً له.

السعادة هي انسجام بين الرغبات وهذه الرغبات صنفها أفلاطون في ثلاث فئات: فئة تتعلق بالفعل، وفئة تتعلق بالروح، والثالثة تتعلق بالشهوة. وإذا سيطر العقل على هذه الرغبات وقام بتنظيمها بطريقة تتوافق مع حاجات الفرد فلن يكون هناك ضغط أو إلحاح. حتى مع تقدم العمر لن تكون الشهوات مرهقة إذا كانوا معتدلين وقانعين، المهم هو الانسجام بين الأهداف.

الكندي يُعرف الحزن بأنه:" ألم نفساني يعرض لفقد المحبوبات أو فوت المطلوبات". والحزن ينشأ عن اعتماد الإنسان في سعادته على الملذات الحسية التي لا ثبات لها. بينما السعادة تنشأ عن الممتلكات العقلية الباقية. والإنسان هو إنسان بنفسه لا بجسده. وعلى الإنسان أن يستعمل عقله في تدبير نفسه وسياستها، وأن لا يُكثر من المتاع الزائلة. "فاجعل أيها الأخ المحمود هذه الوصايا مثالاً ثابتاً في نفسك، فتنجو بها من آفات الحزن، وتبلغ بها أفضل وطن من دار القرار ومحل الأبرار، كمل الله سعادتك في داريك، وجعلك من المفتدين بجني ثمر العقل، وباعدك عن ذل الجهل... فقل للباكين ممن طبعه أن يبكي من الأشياء المحزنة؛ أن يبكي ويكثر البكاء على من يُهمل نفسه ويُنهك من ارتكاب الشهوات الحقيرة الخسيسة الدنيئة المموهة التي تكسبه الشره وتميل بطبعه إلى طبع البهائم." الكندي كان يُقر بأن جوهر الطبيعة الإنسانية لا يخلو من أن تداعب قلبه عواطف الحب والهوى، ولكن عليه أن لا ينقاد بشكل مطلق لهذه العواطف.

"إن الله يدعونا إلى الحياة السعيدة من خلال ما رسمه لنا من خطة الحياة، فإذا رأى عبده عاكفاً على طاعته سيمنحه تلك المنحة النادرة التي لا يصل إليها أحد من عشاق الهوى، ألا وهو شرح الصدر. ومن آثار شرح الصدر هو الإحساس بحالة التمدد في خط الوجود، بحيث يرى كل شيء بمنظار الوقوع في خط الأبدية. فإن من الغباء بمكان أن يكدس الإنسان موجبات الشقاء الأبدي في الحياة الخالدة مقابل سويعات من الأنس المحرم وهو يعلم بفناء اللذة وبقاء التبعة".[75]

وسقراط يقول: اعلموا أنكم إذا رضيتم أن تكونوا عبيداً للشهوات فلا سبيل لكم إلى الفضيلة التي تصعد بكم إلى معارج السعادة، ولا تأثير لصوت العقل والحكمة إلا في النفوس الطاهرة التي تسعى جهدها للتخلص من قيد الشهوات. وليست قوة الشهوات هي التي تتغلب على النفس، ولكن الجهل هو الذي يُضعف النفوس ويذلها ويقيدها في تلك القيود، فعليكم التغلب على سلطان الشهوات الذي يسلطه عليكم الوهم والجهل لتخرجوا من الظلمات إلى النور وتذوقوا حلاوة الفضيلة التي بها تمام السعادة."[76]

ركز أنتستين في فلسفته على علم الأخلاق، وجعل سعادة الحياة في احتقار الجاه والمال ونبذ الشهوات والعمل بالفضيلة. ولما كانت الغاية عنده من هذا الوجود هي بلوغ سعادة النفس فقد قرر أن الفضيلة وحدها هي الطريق إلى تلك الغاية، وأن ما كان من أفعالنا خارجاً عنها فهو إما ضار وإما غير نافع."[77]

---

[75]- كيف تعيش الحياة وتحبها ص 107.
*- المبدأ الأساسي للطاوية ويعني الوئام مع القوانين الأساسية للكون.
[76]- قضية الفلسفة ص 27 .
[77]- نفس المرجع ص 28 .

كرشنا أحد أبطال الهندوس المقدسين يقول: "إن الذي تغلب على أهوائه النفسية وملك حواسه كلها، فلا يخاف شيئاً ولا يطمع في شيء، ولا يحب أحداً ولا يكره أحداً، فهو نال العقل وجمعه. إن الحواس تتبع ميولها وعلى المرء أن يجذب إلى قبضته حواسه من مشتهياتها كما تجذب السلحفاة أطرافها إلى بعضها، فهو المطمئن حقاً، وإن كان يقوم بأعمال الدنيا كغيره من الناس، إنما الفعل الحقيقي هو التحرر من سلطة النفس."

"الإنسان الذي يجعل اللهو غاية حياته سيفقد تدريجياً اهتمامه في الأشياء التي اعتاد على الاستمتاع بها، لأنه لا يُقيم وزناً لهذه الأشياء من أجل ذاتها وإنما من أجل الأحاسيس التي تثيرها فيه. وعندما تفقد هذه الأشياء متعتها عنده، يدفعه الضجر للتفتيش عن محرك جديد، ولكن هذا بدوره أيضاً سيخيب أمله، لأن المتعة تتألف من سلسلة من اللحظات دون أي استمرار أساسي فيها."[78]

"ومن هنا يبتلى بنكسة أخرى عندما يخسر رغبة من رغباته، فطبيعة المتاع الدنيوي سرعان ما توجب الملل، لأنه لا تجدد فيه، وهذا هو الذي يعترف به المتوغلون في عالم الاستمتاع الجسدي عندما يستنفذون كل ألوان المتع ويصلون إلى طريق مسدود في الحياة، ويعيشون حالة من الارتداد على أنفسهم، والتبرم من واقعهم إلى درجة أن يُقدم أحدهم على إنهاء حياته عندما لا يجد مبرراً للاستمرار في ذلك."[79]

حياة الغريزة وحدها لا تولد غير الحسد والغيرة، وتقتل روح الخلق والإبداع، والناس الذين يتخلصون من سطوة الغرائز نجدهم مترفعين غير مثقلين بالعداوة والغم والنكد.

---

[78]- أسس لإعادة البناء الاجتماعي ص 193.

[79]- كيف تعيش الحياة وتحبها ص 106.

4- السياسة

منذ القرون الأولى استحوذت السياسة على اهتمام المفكرين. عند القدماء كانت الأخلاق تنظم سلوك الفرد، والسياسة تنظم حكم المجتمع الذي ينتمي إليه الفرد، ولهذا اعتبرت الأخلاق جزءاً من السياسة، وكان أرسطو يدرس الأخلاق كمقدمة لدراسة السياسة. وأساس كلمة حاكم من حكيم أي الذي ينتهج الطريق السوي. أرسطو يفترض أن النشاط السياسي يساهم في تحقيق السعادة إذا كان الحكام فلاسفة.

كونفوشيوس يقول: "إذا فسد الحكام فسد الشعب، فأخلاق الشعب من أخلاق الحكام".

وآمن كونفوشيوس بأن الحكومة يجب أن يكون هدفها سعادة الناس وتأمين الرفاهية لهم، وهذا لا يمكن أن يتحقق إلا إذا تولى شؤون الحكم أعظم الرجال. وقال أن الفطنة لا علاقة لها بالثروة أو المولد أو المكانة، وإنما بالخُلق والمعرفة. ويجب أن يتم إعداد الرجال الأكثر موهبة بغض النظر عن أصلهم لإدارة شؤون البلاد.

ومنهم من اعتبر الحكومات مصدر الشر، كالفيلسوف الصيني "جونغ دزه" قي القرن السادس قبل الميلاد، وهو أميل إلى النزعة الصوفية. وفي ذلك يقول: "الأفضل إذا ما أُريد للفيلسوف أن يحكم، أن يترك العالم وشأنه، وألا يفعل شيئاً... لقد سمعت عن ترك العالم، ولم أسمع عن حكم العالم. فالإنسانية بخير قبل وجود الحكومات، أما بعد ذلك فكانت الحكومات مصدر الشر، ولذلك على الرجل العاقل أن يولي الإدبار حيث يشاهد أولى بوادر الحكومة. فينشد السلام والسكون في الغابات."[80]

---

[80]- تيارات الفلسفة الشرقية ص 77.

وفي القرن الثالث قبل الميلاد تكرر هذا الكره للحكومات على لسان الفيلسوف الصيني "شون تشينغ" وهو فيلسوف عقلاني وكانت فلسفته دراسة نقدية، تصدى من خلالها للأوهام والخرافات، واعتبر أن الظواهر الطبيعية كالخسوف والكسوف أو الجفاف، ليست مصدراً للشر أو دليل الشؤم، وقال إن مصدر الشؤم والشر أفعال الحكومات، فلو كان الأمير متنوراً والحكومة صالحة فإن هذه الحوادث الطبيعية لا تسبب الأذى، بل مصدر الأذى والجوع والموت هو بسبب الحكام الأشرار.

الأمن والاستقرار النفسي حاجة إنسانية أساسية، فالقلق والرعب من الأمور الفظيعة التي تسبب التعاسة، والحروب من أكبر الكوارث التي تهدد البشرية، ولا شك أن أساس الحروب هو الصراع بين السياسيين.

ولا شيء يساهم في خفض مستوى التوتر والحزن أكثر من وجود الأمان والاستقرار، وهذا لا يمكن أن يتحقق إذا لم تتم السيطرة على أنظمة التسلح، والحد من تدمير البيئة بمن فيها من البشر ومن الحجر ومن الموارد.

ولنسأل نفس السؤال الذي طرحه ألبير كامو في العادلون: "أينبغي اليوم أن تسيل أنهار من الدم لكي نتمكن غداً من إقامة العدالة. وهل يتعين علينا أن نصبح قتلة ليكون عندنا نظام اجتماعي أفضل".

والمستعمر يعمل على تكريس الجهل لتعزيز نفوذه، نحن لا نستطيع أن نهرب من الحقيقة بأن أكثر مظاهر القلق والخوف وعدم الاستقرار عند معظم الناس يعود إلى هذا الواقع العنيف. وإلى سياسات استعمارية تجرد المواطنين من حقوقهم المشروعة؛ الكل بحاجة إلى هوية وانتماء، وإلى استقرار وأمان.

كان سائداً في عهد التاويين الترفع عن تولي المناصب الوزارية، فكان الشعب والحكام يفضلون حياة الطبيعة والصيد والرضا. لقد كانت أهداف هذه الحكمة في

السياسة إيثار السلام والترفع، لأن حب الثروة وعلو المنزلة والعجرفة تدفع الإنسان إلى التهلكة.

وفي كتاب قديم لا يُعرف مؤلفه ولا تاريخ تأليفه بالضبط وهو كتاب "رامايانا " لأن الكتب المقدسة الهندية ألفت في فترات طويلة، وهذا الكتاب يعنى بالأفكار السياسية و الدستورية في الهند. وملخص هذه الأفكار أن تكون غاية الحاكم هي خدمة الشعب وخير البلاد، وكان اختيار الحاكم يُترك لإرادة الشعب، شرط أن يتمتع بالأخلاق والسيرة الحسنة. وأول هذه الأخلاق هي العدل في الحكم وعدم التفريق بين الرعية، والسهر على راحة الشعب، وأن لا تؤثر مصالحه الخاصة على مصالح العامة. وعلى الحاكم أن يكون صادقاً، وعلى الرعية أن تقول الحق ولا تسكت على الظلم، فالساكتين عن الحق هم أكثر الكذابين شراً. والذين يسكتون عن الحق نظراً لمصالحهم الذاتية، أو خوفاً من نقمة الأقوياء هم المجرمون الذين يخلدون في نار الجحيم".[81]

ولا يمكن تجاهل القول البارز لروسو صاحب العقد الاجتماعي وهو: "إن الحقيقة الكبرى التي يمكن أن تغير الجنس البشري تعود بشكل أساسي إلى السياسة؛ وأي شعب ليس إلا ما تريده طبيعة حكومته أن يكون". ومن الواضح أن كل ما يحصل من حروب ومن فتن يعود لأسباب سياسية، وليس من المستغرب إذاً كثرة عدد اللصوص والمجرمين بسبب هذه الفوضى.

السياسة يجب أن تكون لتنشئة وتعليم المواطنين، فالتعليم يخلق آفاقاً وطموحات، والأخلاق تتشكل من خلال المعارف. أرسطو يعتبر السياسة علم السعادة الاجتماعية، ويقول أن السياسة هي الغاية العليا لأنها تسعى لخير الإنسان. ولكن ما المقصود من هذه الغوغاء التي تحصل، فالمجادلات لم تزد الناس إلا فرقة، والانقياد الأعمى باتجاه العنف، فتوحيد الرأي يقوم على البراهين اليقينية لا على المجادلات الكلامية. محمد عبده لا يثق بثورة الجماهير حيث رأى أن "الغوغاء

---

[81]- أديان الهند الكبرى ص 93- 95.

عون الغاشم ويد الظالم" وخاصة إذا كانت الجماهير غير مثقفة أو واعية تماماً لما يحصل. والكواكبي يعتبر السياسة أساس الأخلاق: "الأخلاق أثمار بذورها الوراثة وتربتها التربية وسقياها العلم والقائمون عليها هم رجال الحكومة. بناء عليه تفعل السياسة في أخلاق البشر ما تفعله العناية في إنماء الشجر". والملفت في فكر الكواكبي هو تحليله للفتن التي تجر الفوضى، فالفوضى لا تجدي ولا تقوم بإصلاح الخلل، المهم الوعي ووجود مصلحين ومتنورين ينشرون الوعي بين الناس، فسعادة المواطنين لا تتحقق إذا عم الخراب وساد منطق القتل بين الناس.

5- الحب.

أول ما يجب معرفته ما هو الحب؟
الحب هو كل ما يتعارض مع الأنانية، يرى فيه علماء الأخلاق مصدر الفضيلة العليا، ويشترط فيه دائما التخلي عن المصلحة الفردية. الحب أشمل المعاني يتضمن حب المعرفة وحب الرحمة وحب الإحسان وحب الخير... أما الحب الشهواني الذي يهدف للأخذ أو الامتلاك مصيره الزوال وهذا نوع من الهوى وليس الحب.

الفيلسوف أنبادوقليس المتأثر بالفيثاغورية يعتبر أن عناصر الوجود متجانسة، تجمعها المحبة فتصبح متماسكة، وتفصلها الكراهية فتصبح متباينة. من هنا يكون التجاذب والتنافر، أو الخير والشر. المحبة تؤسس للخير وتبث السعادة، والكراهية تولد الشر والاضطراب وهذا القبح يدفع باتجاه التعاسة والبؤس.

هيغل قام بدراسة محض سيكولوجية للحياة الباطنية فلم يقتنع بموضة اللجوء إلى القلب أو ما يسمى الرومنطيقية خلال عصره، قال: "إن الحب يعني بشكل عام

أن أعي وحدتي مع شخص آخر بحيث لا أكون لذاتي منعزلاً، بل أنني لا اكتسب وعيي لذاتي إلا إذا تخليت عن كينونتي لذاتها، وعرفت ذاتي كوحدة بيني وبين الآخر، وبين الآخر وبيني، إن اللحظة الأولى في الحب هي أن أتخلى عن كوني شخصاً يكتفي بذاته، وأن أشعر بأنني ناقص ومشوب بالخلل في حال كنت هذا الشخص، أما اللحظة الثانية فهي أن أحقق كينونتي في شخص آخر أكسب فيه القيمة التي كسبها هو فيَ. فالحب إذن هو أضخم تناقض بين التناقضات التي تعجز الفاهمة عن حلها... إنه في الوقت نفسه إنتاج هذا التناقض وحله، والحب من حيث هو حل، هو الاتحاد الأخلاقي بين الكائنات".

حاجة الإنسان إلى الشعور بالحب حاجة أساسية تستمر مدى الحياة. والحب الحقيقي يوحد بين الناس. وكي لا يفقد الحب معناه النبيل لا بد من التضحية والترفع عن الأنانية.

ولكن كيف يمكن أن يتحول الحب إلى كره مدمر يسبب التعاسة؟ وبالعكس كيف يمكن أن ينقلب النفور إلى حب حقيقي؟

شوبنهور يرى: "إن الفعل الذي لا يهدف إلا إلى سعادة الفاعل مذموم، لأنه أناني والأنانية تنافي القيم الأخلاقية، والفعل الأخلاقي حقاً هو الذي يهدف إلى إبعاد الشقاء عن الغير، وإلى جلب السعادة له... والشفقة يمتزج فيها الذات مع الغير، ومن الشفقة تُستمد العدالة والإحسان والمحبة... والشفقة لا تمنعني فقط من الإضرار بالآخرين بل تدعوني أيضاً إلى نجدتهم وتلك هي المحبة. في هذا الحب يرتفع الإنسان فوق مبدأ الذاتية، فيشعر بأن الوجود بأسره كل واحد: فما أنت غيري، وما أنا إلا أنت، لأن الذاتية زائلة عابرة. فإذا أدرك الإنسان هذه الحقيقة، وهي أن الناس والكائنات جميعاً شيء واحد، عرف أن إرادة الحياة لديه هي تلك بعينها التي لدى كل مخلوق في الوجود، فالحب إذن شعور بوحدة الوجود، وفي هذا الشعور نتحرر من كل القلق، لأن مصدر القلق والخبث في

الإنسان شعوره بأن ذاته المفردة هي التي تتألم وتتعذب، ويحس الإنسان في أعماقه بأن ظواهر الوجود تبتسم كلها له فيحيا في نعيم مقيم معها. سعادة الواحد هي سعادة الآخر، فيكون الجميع مشاركة وجدانية عامة. ومن هذا الشعور بالوحدة ينبع الخير، وبه تقوم الفضيلة. أما الشر فهو الشعور بالذاتية. حيث يحس الإنسان بأن بينه وبين الآخرين هوة لا يمكن عبورها".[82]

ولا علاقة للحب بالغريزة أو الشهوة، وحين يتعلق الأمر بالغريزة تكون الصورة مختلفة تماما حيث تنطبع بطابع الأنانية والهوى. ويمكن أن يكون الهوى لرغبات سيئة، أو لأمور إيجابية جيدة، ولكن هذه الأمور تنحصر ضمن إطار الحس. بينما الحب الحقيقي هو ائتلاف العقل والروح.

"لا نستطيع إمساك الحب بأيدينا لكننا نستطيع فقط أن نشعر به في أعماقنا، إنه حالة وجودية، لأننا نرى دلائل الحب فيما يظهر على الناس. الحب شعور وأنت الوحيد القادر على إصدار تلك الرسالة الشعورية التي تحمل الود والمحبة. قدرتك على توليد الحب لا محدودة وعندما تحب تعيش في حالة تناغم تام مع الكون. أحب كل شيء من حولك، أو ركز على ما تحب، أشعر بالحب وستختبر نفس ذلك الحب وتلك البهجة معكوسين لك وبشكل مضاعف. إذ يتوجب – حسب قانون الجذب* – أن تتلقى مزيداً من الأشياء التي تحب، وعندما تنشر الحب حولك سيبدو الأمر وكأن الكون يفعل كل شيء لأجلك ويحرك كل الأحداث المبهجة نحوك، وكل إنسان جيد ومحب إليك".[83]

"والحب لا يشترط فيه التبادل، فمن يحب حقاً لا يعنيه أن يكون موضوع حبه يبادله حباً بحب، كأن يريد الحب على هيئة تغير وحركة باستمرار. وهذا ما عبر عنه (جيتة) في كلمة قالها في رواية "إذا كنت أحبك فهل هذا يعنيك؟" فمعنى هذا

---

[82]- الأخلاق النظرية ص 278.

[83]- السر ص 134.

*- هي طاقة تجذب إلينا الأفكار المهيمنة على تفكيرنا، إيجابية كانت أم سلبية. مثلاً إذا تصورت أنك تعيش حياة سعيدة فهذا التفكير سيجذب نحوك السعادة. بينما إذا تصورت أنك كئيب ومحبط فهذا التفكير سيجلب لك مزيداً من الإحباط والتعاسة.

القول أنه ليس يعني المحب أن يكون حبيبه يبادله حبه، بل الأحرى به أن لا يبادله إذا أراد حباً عميقاً، لأن تبادل الحب يقضي على الحب نفسه كحركة متوثبة تسعى لإثراء الذات باستمرار؛ وهذا هو السر في تبدد الحب بمجرد حظوة المحب برضا الحبيب، إذ بالرضا تقف الحركة، وهي مصدر الإثراء، أي يقف الحب عن تحقيق الغاية منه، ولذا نرى كبار المحبين هم هؤلاء الذين لم يصلوا إلى تحصيل موضوع الحب، سواء على هيئة زواج، أو على أية صورة أخرى؛ والروائيون يعنون دائماً بهذه الناحية، وإلا وقفت حوادث القصة بالضرورة، كما نرى في القصص التي تنتهي إلى زواج أو ما يشبه. وهذا يفسر لنا إخفاق الزواج القائم على الحب، إذ يشعر كلاهما بخيبة أمل لا يبلغ مداها التعبير، وما ذلك في نظرنا إلا لوقوف حركة الحب بمجرد تحصيل موضوعه في الزواج".[84] الزواج إذا بُنيَ على أوهام الهوى والهيام سوف ينهار بمجرد أول اختلاف في السلوك والمزاج، فيتحول الحب إلى كراهية.

شيلر ينظر إلى هذا الموضوع من الناحية النفسية فيقول: الكراهية هي الناحية السلبية والحب هو الإيجابي، قلبنا قد فطر منذ أصله على الحب لا على الكراهية؛ وما الكراهية إلا رد فعل ضد حب زائف أياً كان.

وهناك فرق بين الحب والتملك. أفلاطون ينظر إلى الحب باعتباره قوة منتجة إبداعاً لشيء جديد، وليس تملكاً للمحبوب.

---

[84]- الزمان والوجود ص 166.

6- الجمال.

الجمال الخَلقي صورة فارغة باهتة، قد تلفتنا هيئة بعض الأشخاص للوهلة الأولى، ولكنها سرعان ما تفقد حيويتها، وتبهت ألوانها إذا لم تشرق فيها جمالية الروح وشفافية النفس.

ولا شك أن للجمال تأثير على الناس، فالأشخاص الجذابين يتمتعون بمزايا مرغوبة تقربهم من الآخرين، وهم أكثر قدرة على جذب الناس للوهلة الأولى. ولا شك أن الذي يمتلك المقاييس التي يعتبرها البعض جميلة لديه القدرة على التواصل مع الناس بسهولة أكبر من الذين لا يمتلكون هذه المقاييس. ولكن من امتلك الخُلق والفطنة يستطيع أن يضفي على مظهره طابع الجاذبية، وبهذه الجاذبية تنقلب مقاييس الجمال فيطغى الجمال الداخلي أو ما يسمى جمال الروح على المقاييس المتعارف عليها على أنها جمال؛ فمقاييس الجمال تتغير حسب العرف والموضة، بل قد تختلف المقاييس باختلاف الأفراد في المكان الواحد، فالجمال الخَلقي خاضع للمشاعر والانفعالات، أكثر مما يخضع للعقل. ولكن حين يمتلك المرء الخُلق والفطنة يستطيع أن يؤثر في الناس حتى وإن كان من أصحاب العاهات أو الإعاقات. "وهذا ما جعل بعض الباحثين يربطون بين الجمال والخير، إلى حد جعل اليونان يستخدمون لفظاً واحداً للتعبير عن الجمال والنبل الخُلقي. كما رأى البعض أن الجمال يكمن في الانسجام والتناسق والخلو من الميول غير الطبيعية".[85]

سعادة الإنسان لا تتحقق فقط بالجمال الخارجي. "بعض الرواقيين في القرن الثاني بعد الميلاد – خصوصاً – بانثيوس قد أكدوا أن كل شخص يكون له دور في الحياة ينبغي أن يتوافق معه، بما في ذلك المظاهر الخارجية باعتبارها ليست بالأمر الجيد أو السيئ، وليست لها أي قيمة. والجميل هو وحده الكامل في عرف

[85]- أسس الفلسفة ص 378.

الأخلاق. "وتردد هذا الصدى عند بعض المحدثين الفيلسوف هربات – مؤسس علم الجمال – وحد بين الخيرية والجمال، وعالج علم الأخلاق باعتباره فرعا من علم الجمال. ويقول رسكن الذوق ليس جزءاً من الأخلاق وشاهداً عليها فحسب، بل إنه وحده الكفيل بالتعبير عنها."[86]

7- المجتمع

ديكارت كان شعاره: "عاش سعيداً من أحسن في الاختفاء". ولكن إذا كانت السعادة في الفضيلة، والفضيلة تعني العطاء ومساعدة الآخرين فكيف يمكن للعزلة أن تكون هي السعادة؟

وجود الإنسان يفقد أهميته خارج المجتمع، ولا يمكنه أن يبقى في عزلة، وكل وجود ليس فيه حركة أو عاطفة أو مشاعر أشبه بالعدم. على الإنسان أن يتعاون مع أقرانه على تحقيق الخير العام، فتحقيق الخير العام هو تحقيق سعادة الجميع.

ولكن التواجد بين الناس يفرض علينا الكثير من الواجبات والقيود، فالعلاقات الاجتماعية تمنحنا فوائد كثيرة، وتحد من حريتنا في مسائل كثيرة أيضاً، إذا كانت هذه الواجبات وهذه القيود تهدف للخير لن تكون سيئة، ولكن هناك بعض العلاقات تسبب لنا المتاعب فلا نستطيع التكيف معها. مثلاً : هل يمكن أن تستمر صداقة الفضوليين والنمامين والخونة؟!.

قد أكون أنا على صواب، ولكن إذا كان كل من حولي لا يعترفون بذلك؛ كيف ستكون النتيجة؟ وهل يمكن مواجهة الجميع؟ وإذا قررنا المواجهة سنصبح خارجين عن المألوف من هذا المنطلق فقط تصبح الوحدة والابتعاد عن بعض الناس ضرورة.

[86]- أسس الفلسفة ص 382.

يقال حسب معاملتنا للناس نكسب محبتهم، ويُقال لكي تكسب محبة الناس عليك أن تكون على مثالهم، ولكي يشعر الإنسان بالسعادة عليه أن لا يُعادي أحداً. فهل يمكن فعل ذلك دائماً؟ بعض العلاقات تسبب لنا الحرج، فهل يمكن أن نكون أصدقاء للعنيف أو المدمن أو المقامر أو المجرم...؟ فالمحتال لن يرضى برفقة من يكشف احتياله ولا المجرم سيتركنا بسلام. وهل يمكن أن نتوافق مع المقامر أو المدمن أو الجاهل...؟ وإذا كان علينا أن نتلون ونتشكل وفق محيطنا وتجاهل ذاتنا واتباع أهواء الآخرين فهذا موضوع لا يحتمل، ويدفعنا أحياناً للتخلي عن الكرامة أو النزاهة أو العفة وهذا غير ممكن.

العلاقات الاجتماعية هي مصادر للسعادة والصداقة ارتباط محبب، والصديق قد يكون هو الأخ أو الجار أو الزميل... وكلهم أشخاص لا يمكن الاستغناء عنهم.

هل الخوف من معوقات السعادة ؟

الخوف هذا الكابوس الجاثم على صدور الناس، الخوف من الموت أو المرض أو الظلم أو الحرب والكوارث؛ وكيف يمكن أن تتحقق السعادة وهذه المخاوف موجودة!

"يعرف أرسطو الخوف على أنه: ألم أو اضطراب ناجم عن تخيل حدوث كارثة مدمرة أو مؤلمة في المستقبل. وهو ناتج عن كل ما نشعر بأن لديه قدرة هائلة على تدميرنا، أو إيذائنا بطرق تميل لأن تسبب لنا ألماً كبيراً. وهو نقيض الثقة، ويترافق مع الخطر، الذي هو اقتراب شيء فظيع".[87]

الخوف من الموت هو السبب الأول لشقاء الإنسان، وهو الخوف الأكبر الذي يواجه البشرية.

منذ زمن بعيد كل ما وصل إلينا من أفكار عن الإنسان والسعادة، من هوميروس والأوزيسا، وهزيود – أقدم شاعر في الغرب ، والأورفية التي تمتاز بالإيمان الراسخ بالعدالة الإلهية – احتلت هذه الأفكار المكانة الأهم في تاريخ البشرية لأنها تناقش وتبحث مسألة طلب طول العمر والخلود. وأدى البحث عن أكسير الحياة إلى تطور الكيمياء تطويراً كبيراً. وحسب العقيدة الطاوية برغم أن المرء يموت إلا أنه لا يُفقد من الكون؛ فالفيلسوف الطاوي كان يجد متعة في تأمل العملية الكونية الضخمة، وفي هذا التأمل يشعر بفرحة لا تُقدر.

لاوتزو – مؤلف أقدم الكتب الطاوية– يقول:

"يأتي إلى الوجود عشرة آلاف شيء، وقد شهدتها تعود.

87- لماذا تتحارب الأمم ص 99.

كل شيء يجب أن يعود إلى أصله الذي صدر عنه.
هذه العودة إلى الأصل تسمى الهدوء، هي تحقيق لمصير فرد.
وأن يحقق كل شخص مصيره لهو النمط الأبدي
وإذا عرفت النمط الأبدي فقد استنرت
ومن يعرفه لن تعصف به الكوارث ولن توهنه
ومن يعرف النمط الأبدي فهو محصن من كل ناحية
والمحصن من كل ناحية هو عادل تماماً
وإذا كان عادلاً فهو ملك، ومن كان ملكا فهو كالسماء
وإذا كان كالسماء فهو متمش مع الطاو*
وإذا كان متمشياً مع الطاو فهو مثلها لا يفنى
وبرغم أن جسده قد يختفي في خضم محيط الوجود
فهو بعيد عن كل أذى"[88]

ويقول تشوانج تزو: " وإذا ما حلت الحياة فمرد ذلك إلى أن الوقت قد حان لها أن تفعل ذلك، وإذا ما ولت الحياة فهذه نتيجة طبيعة الأحداث. وتقبل كل الأشياء التي تحدث في تمام وقتها في هدوء، والعيش في سلام مع التعاقب الطبيعي للأحداث، لهو أمر لا يتطاول على تفكير صفوه حزن أو فرح، هذا هو حال أولئك الذين أسماهم القدماء المتحررين من العبودية".[89]

نظر الغزالي إلى الموت على أنه اللقاء فقال: "الناس إما منهمك وإما تائب مبتدئ أو عارف منتبه، أما المنهمك فلا يذكر الموت. وأما التائب فإنه يكثر من ذكر الموت. وأما العارف فإنه يذكر الموت دائماً لأنه موعد للقائه بحبيبه، والمحب لا ينسى قط موعد لقاء الحبيب. وأعلى منه رتبة من فوض أمره إلى الله

[88]- الفكر الصيني ص 152.
[89]- الفكر الصيني ص 148- 149.

تعالى فصار لا يختار لنفسه موتاً ولا حياة، بل يكون أحب الأشياء إليه أحبها إلى مولاه، فهذا قد انتهى بفرط الحب والولاء إلى مقام التسليم والرضا. وهو الغاية والمنتهى."

يقول أبيقور: عود نفسك على أن تعتبر أن الموت لا يعنينا بشيء في الواقع، كل خير وكل شر يقيمان في الإحساس والحال أن الموت هو حرمان من الإحساس، أن الموت لا يعنينا لأنه عندما نكون هنا فالموت غير موجود، وعندما يحضر الموت فنحن لا نوجد بعد، أن الموت لا يعنى لا بالأحياء ولا بالأموات، لأنه لا يطال الأوائل، والآخرون ليسوا في الوجود، والعامة تهرب تارةً من الموت كأكبر الشرور، وتارةً تبحث عنه كهدنة من شرور الحياة، ولكن الحكيم لا يرفض الحياة ولا يخاف من عدم الحياة، لأن الحياة ليست وقفاً عليه، ولا يعتبر شراً عدم الحياة. وكما أنه بشأن الغذاء لا نختار ما هو أكبر كمية بل ما هو ألذ، كذلك بالنسبة إلى المدة – مدة العمر– لا نلتذ بالمدة الأكثر طولاً بل بالأكثر لذة. من يدعو الشاب إل العيش جيداً، والشيخ إلى أن يذهب جيدا ليس أحمق بسبب الطابع الملذ للحياة فحسب بل أن التمرن على الحياة جيداً وعلى الموت جيداً هو الشيء ذاته. – ويتابع أبيقور القول– لنقل الأبدية بدل الموت. فلنشطب كلمة الموت ونضع مكانها كلمة الأبدية، والأبدية لا تتحقق إلا بالعطاء والمحبة والتضحية وعمل الخير والإحسان. هذه ليست مجرد أوهام، بل هي الحقيقة.[90]

أبيقور يعتبر أن الأبدية تتحقق عندما يكون المرء راضياً عن نفسه ومقتنعاً بما يفعل وحين يشعر المرء أن الله معه وبجانبه يكتسب القوة وهذه القوة التي تحركه هي قوة إرادة خارقة. الجسد هو حتماً للتراب، وكل ما يفيد الجسد لا بد وأن ينتهي مع انتهاء الجسد، بينما كل ما يفيد الروح لا ينتهي وهو يبقى، فالجسد عنصر ترابي، والروح عنصر إلهي. ولا سبيل للسعادة سوى التحرر من كل ما يربطنا

---

[90]- نفس المرجع ص 245.

بالعالم السفلي عالم الظلام، والتمسك بتعاليم القداسة. الأبدية هي اللحظات الحاضرة والشعور الذي يبقى.

كل هذه الثقافات القديمة تقول بأن الإنسان مركب من جسد ونفس، فالجسد ينحل، والنفس أو الروح تنطلق. وكانت المقارنة بين سعادة وخلود الآلهة، وتعاسة البشر. وكانت الأحاديث عن العدالة والصبر والصدق والوفاء والبر الخ. محاولة لوجود رابط يربطهم بمميزات الآلهة ويكفل لهم السعادة ويخلصهم من كابوس الهلاك. فالجسد بالنسبة لهم هو بمثابة القبر للنفس وهو عدوها. وعلى الإنسان أن يتطهر من الشر كي تتحقق له السعادة الأبدية.

فيثاغورث يؤكد هذه الفكرة فيقول:

"آه يا جنس الرجال، يا من أنتم مذهولين بالخوف المرتعش من الموت... كونوا متأكدين أن لا شر يمكن أن يحدث لإنسان عادل في هذه الحياة، وبعد الموت أرواحنا خالدة باقية أزلية أبداً... الأشياء كلها تتغير وتتبدل، لا شيء يموت. النفس تطوف، تأتي إلى هنا الآن، وهناك حيناً، وتحتل أي هيكل يسرها، تتقدم نحو وجودها الأزلي أبداً، لكنها لا تهلك على الإطلاق. كن متأكداً لا شيء يفنى في هذا العالم، أنه لا يفعل سوى التنوع وتجديد الصورة، صورته فلا شيء يبقى طويلاً تحت المظهر عينه".[91] يؤكد الفيثاغورثيون أن النفس هي المبدأ وهي علة الحركة. الانتقال وليس الموت هو ماهية العالم. التغيير هو النظام الأزلي للأشياء كلها.

الكندي يرى أن الموت في نظر الإنسان البصير ليس شراً لأنه كمال الطبيعة البشرية. والإنسان الواقعي لا يجزع من مراحل العمر وكلما تقدم في العمر تتسع آفاق حياته وفي كل مرحلة من مراحل العمر لا يحب العودة إلى ما قبلها بحيث

---

[91]- سلسلة الحقيقة الخالدة- ص 54.

لو عرض عليه أن يرجع إلى بطن أمه وكان يملك كل ما في الأرض لافتدى به نفسه من ذلك.

وانطلق الفكر يتوسع في هذا الموضوع ليصبح نقطة الارتكاز في كل أمور الحياة. وباتت الأبدية أهم ما يهم الإنسان؛ حتى في أرقى الدول. فلم يعد هذا الموضوع مجرد أساطير قديمة العهد؛ "لقد كشفت استطلاعات غالوب أن ما بين 81 و93 % من الأمريكيين يعتقدون بوجود الجنة"[92]. وهذا أمر مثير للاهتمام، وهو سياسة هادفة لتخفيف وطأة الموت وجعله من الأمور الطبيعية.

"معظم أطباء النفس يدركون أن الإيمان القوي والصلاة كفيلة بأن تقهر القلق والمخاوف والتوتر العصبي. وأن المرء المتدين حقاً لا يعاني مرضاً نفسياً قط. وعالم النفس مور يقول إن علة النفس في الحياة المعاصرة تكمن في الفجوة بين الدين والسلوك، وأن المحاولات النفسية ذات الأصول الدينية سوف تنقذ البشرية. أما شهادة (كارل يونغ) أعظم الأطباء النفسيين في أمريكا، فيقول إن الإيمان بالله والاعتماد عليه يجلب الأمان والسلام والاطمئنان"[93]. وقد ورد في رؤيا يوحنا بوضوح "أن الدينونة قد لا تأتي إلا في نهاية مطاف الإنسانية في الوقت الذي يتاح فيه الحكم على نحو نهائي على العواقب القصوى المترتبة على أعمالنا الدنيوية لأن هذه الأعمال تفلت منا في الواقع وتكون دائما عرضة للتغيير. وفي الدين المسيحي أوّل موت الجسد على أنه لحظة ولادة جديدة للروح في الله، وأن للخلود تصورين: خلود النفس بمفردها (أفلاطون والعقيدة المسيحية)، وخلودها بمعنى أن النفس الفردية تنحل في كلية شاملة (خلود لا شخصي نادى به سبينوزا). لكننا في الواقع ينبغي أن نسلم مع ابيقور بأنه لا يمكننا قول أي شيء حسي في الموت لأننا كما قال: "طالما أننا على قيد الحياة، فلا وجود للموت،

92- لماذا تتحارب الأمم ص 245.

93- العلاج الإيماني ص 95- 97.

وحين يحضر الموت نكون قد فارقنا الحياة". فمن الأنسب لنا إذاً أن نستخرج العبرة التي قد يمدنا بها الشعور بالموت لصالح الحياة الإنسانية" [94]

الأبدية موضوع لا يمكن أن يبرهن؛ "بوذا كان يعلم تلاميذه ألا يعنوا بالنظريات والعقائد وألا يتكلموا عما بعد الموت، وأن يوجهوا عنايتهم للعمل. وكلماته في ذلك هي: أيها التلاميذ لا تسألوا أسئلة كهذه، فإنها عارية من كل نفع، ولا يقدر أحد على جوابها، هل تكلم يوماً الذي مات؟ السؤال عن الغيب وتجدد الحياة لا يجدي نفعاً، ولكنه يعذب العقل وينهك القوى، عليكم بالسبيل النير الشريف، فإنه يوصلكم إلى السلام في هذه الحياة. واتركوا ما بعد الحياة إلى اليد التي تولته من أول الكون".[95]

"إن شجاعة الوجود تنهض في وجه القلق ووجه الموت، هذا الموت الذي أستطيع حقاً أن أنساه، ولكنه يعود للظهور في كل لحظة جلاء فكري على أنه تهديد دائم لا يمكن أن يزول. إن الشجاعة لا تستطيع الانتصار على القلق (إن في وسعها الانتصار على الخوف؛ الشجاعة لا تستطيع إلا أن تعترف به بدل الفرار منه إلى اللهو والتسلية... الشجاعة تتيح لنا إنجاز رسالاتنا وبناء آثار خالدة. بالرغم من القلق، وبالرغم من الموت. مثل ذلك، مثَل العجوز الذي يعرف أن أيامه معدودات، وتراه يبذل بهدوء جهده في تأسيس مشروعات جديدة يعرف أنه لن يبصر ازدهارها. ولا ريب أن ما يمنح الشجاعة تلك الجرأة على المباشرة بالمشاريع، وعلى تحدي التهديد الحقيقي جداً، تهديد الموت".[96]

دوستويفسكي يقول:" ما من إنسان يحيا دون غاية معينة، ودون سعي لتحقيق هذه الغاية، فما أن يضيع الإنسان عن غايته ويفقد الأمل، حتى يحوله القلق والغم إلى

[94]- قاموس الفلسفة ص 534.

[95]- أديان الهند ص 160.

[96]- المواقف الأخلاقية ص 170.

وحش" وأضاف أيضاً "إنها الخطيئة أن تهن عزيمة الإنسان... العمل، العمل هذه هي السعادة الفعلية".

وكما قال تولستوي: "السعادة هي أن تملك شيء تعمله، وشيء تحبه، وشيء تطمح إليه".

إذا كنا نحن من ضمن أشياء الطبيعة فيجب أن نحيا وفقاً لقوانين الطبيعة المتجددة دائماً والتي لا تتوقف عن العطاء.

"لا تستطيع أية مؤسسة مبنية على الخوف أن تقود إلى الحياة. الأمل وليس الخوف هو الأساس الخلاق في الشؤون الإنسانية. كل ما يجعل الإنسان عظيماً نشأ عن المحاولة للحصول على ما هو أفضل... من يتشبع تعليمه بهذه الروح سيمتلئ بالحياة والأمل والفرح، ويستطيع أن يساهم في جعل مستقبل البشرية أقل تجهماً".[97]

أسعد الناس هو الذي يسخر كل طاقاته للوصول إلى غاية ما أو لتحقيق فعل يتناسب أو ينسجم مع شخصيته، فالطموح هو الأمل وهو المخرج من الخوف، والتعاسة هي الاستسلام للخوف.

---

[97]- أسس لإعادة البناء الاجتماعي ص 136.

لماذا نتعذب ؟

منذ بداية البشرية والإنسان يعمل من أجل حياة أفضل، لكنه ما زال يعاني ويمرض ويغضب، ولم يحصل على نتائج كافية يمكن أن تبدد لديه المخاوف أو تفسر له الهواجس. فهناك أمور كثيرة يصعب تفسيرها، ويصعب تجاهلها أو التخلص منها.

هل نحن السبب ؟ أم سلوكنا؟ أم أسرتنا أو محيطنا؟ وما الذي يُعتبر مصدراً لتعاستنا؟. ولماذا نتعذب ما دمنا لا نعمل إلا الخير؟. وإذا كانت السعادة مستحيلة فأي خير يجنيه الناس من الحياة الدنيا؟

يقول جلال الدين الرومي: " وهكذا أنت في هذه الدنيا، تطلب ليلاً نهاراً الهدوء والراحة، الحصول على ذلك في الدنيا غير ممكن، وبرغم ذلك لا تبقى لحظة واحدة من دون طلب، ومثل هذه الراحة حتى عندما تجدها في هذه الدنيا كالبرق الذي يمضي ولا يستقر، وعندئذ أي برق يكون؟ برق مملوء بالبرد، مملوء بالمطر، مملوء بالثلج، مملوء بالمحن. هناك سوء فهم عند أكثر الناس، هو أن الحياة الدنيا موطن للراحة وللسعادة، وللأمان، لذلك تجد أكثر الناس يبحثون عنها ولا يجدونها فيحزنون وينقمون، وقد يسبون الدهر والناس، وقد يعيشون حياتهم بالكآبة والمرارة... إذا وجدت في حياتك وسعيك ألماً أو حزناً أو هماً أو غماً فاعلم أنها قوانين الحياة ونواميسها، وإذا قرأت على وجوه الناس وفي أفعالهم زهداً بك أو تخلياً عنك أو عدواناً عليك فاعلم أنها قوانين البشرية ونواميسها، وكلما زاد طلبك وطمعك بما في الدنيا، كلما وجدت الحياة أصعب، وكلما وجدتها تحتاج إلى عزيمة أو صبر أكثر. لو قرأت وجوه الناس وسمعت منهم وعنهم آلامهم

ومكابدتهم، من أقلهم فقراً إلى أكثرهم غنى، لعرفت أن هذه الدار ليست دار نعيم وسرور وحبور، ومع أن جهوداً تُبذل في سبيل تزيين هذه الحياة الدنيا، ومع أن الآلاف يعملون على تزييف الحقيقة بالفنون وغيرها، من أشكال الالتذاذ بالدنيا، فإن أكثر الناس ترى على وجوههم ملامح الرعب وآثار التعب والقلق، بل إننا نستطيع أن نقول إن جهود من يحاول إظهار الحياة الدنيا بدار النعيم والسعادة، وهم بهذا لا يخدمون الناس بل يسرقون ما في جيوبهم من مال، أدت إلى زيادة ثقل الأوزان والأوزار على الأكتاف، لأن طلب السعادة في دين هؤلاء يحتاج إلى بذل المزيد من المال والجهد".[98]

السعادة الحقيقية عند جلال الدين الرومي هي سعادة الروح، وكل متاع الحياة هي حجاب أسدله الله على نفسه حتى يختبر الإنسان إذا كان سيخدع بما تميل إليه النفس من شهوات وطيبات وينسى جوهر الحق!

فيقول: "إن أكثر الناس يقعون ضحية عماهم، ينشغلون بالمقصودات الوسيطة والمطلوبات الدنيوية وينسون أصل التوق ومنبعه. كل هذه الطيبات والمقصودات مثل السلم ليست مكاناً للإقامة والاستقرار بل للمرور فقط، في السعادة من يستيقظ وينتبه مبكراً حتى يقصر عليه الطريق الطويل ولا يضيّع عمره في درجات السلم هذه... وهم بجلاء صورة توقهم إليه وبفهمهم حقيقته، يهنؤون حتى في انشغالهم بالمطلوبات الدنيوية لأنهم يميزون الخبيث عن الطيب، فلا يتوقون إلا إلى الطيبات التي تصلح أن تكون درجات في سلم أو معراج السماء إلى المحبوب الأول... أما الذين هم في عماهم يعمهون فيغرهم بريق درجات السلم عن الصعود فيه والعروج عبره، فينسون أصل توقهم حتى لا يبقى حاضراً في أذهانهن إلا التوق إلى مرغوبات الدنيا، فهم يفقدون لذة معاينة الحق والتوق إليه في دنياهم قبل آخرتهم"[99].

98- جلال الدين الرومي 2 ص 295- 297.

99 - جلال الدين الرومي 1 ص 270- 272.

وإذا عدنا إلى فلسفة الشاعر أبو العلاء المعري سنجد الحياة مصدر بؤس وتعاسة، والآثام والشرور كامنة في كل موجود. فلم يترك أبو العلاء أي رجاء أو أمل من هذه الحياة. ولكن لتشاؤم أبو العلاء أسباباً اجتماعية وشخصية، فكان فاقداً لنعمة البصر، وكان يعيش في مجتمع قائم على الخديعة والزيف.

" كم وعظ الواعظون منا وقام في الأرض أنبياء

وانصرفوا والبلاء باقٍ ولم يزل داؤك العياء

فلا أمل من إصلاح للناس أو صرفهم عن ارتكاب الآثام واقتراف الذنوب. ولكن خلف كل هذا العالم وهذه الناس خالق مبدع يتحكم بالمصير، ومن يتقي الله فهو السالم:

" فلك يدور بحكمة ولـه بلا ريب مديرْ

فالهلال المنيف والبدر والفرقد والصبح والثرى والماء

والثريا والشمس والنار والنثرة والأرض والضحى والسماء

هذه كلها لربك ما عابك في قول ذلك الحكماء

إذا آمن الإنسان بالله فليكن لبيباً ولا يخلط بإيمانه كفراً

إذا كنت بالله المهيمن واثقاً فسلم إليه الأمر في اللفظ واللحظ

قد طال في العيش تقييدي وإرسالي من اتقى الله فهو السالم السالي"[100].

المعري الذي كان فاقدا لبهجة النظر تألم وغاص في العزلة والتشاؤم، ولكنه لم يفقد بهجة البصيرة وانفتاح العقل فوصف كل مفاسد عصره بعقلانية وشواهد ملموسة، وانتهى إلى تفويض أمره إلى الله والقبول التام بالقدر.

---

[100]- أنظر جدلية العلاقة بين الفلسفة والأدب ص 89.

مبدأ الثواب والسعادة

تخبرنا المعتقدات الدينية بأن هناك مبدأ الثواب والعقاب، ومن خلال أعمال كل إنسان خيراً كانت أو شراً، لا بد من نتائج تترتب على كل فعل. ولكن كيف يفهم الناس هذا الاعتقاد؟ وإذا كان هناك جزاء على كل الأعمال في الحياة، لا بد أن يكون الشقاء مصير من يعمل شرًا، والسعادة مصير من يعمل خيرًا.

حين يسلم الناس بهذه الحقيقة تخف عنهم وطأة الألم، وتتضاعف جهودهم لعمل الخير لتحصيل السعادة في الحياة الآخرة. "هل حدث أن زرع إنسان قمحاً وحصد شعيراً، أو زرع شعيراً ثم حصد قمحاً؟ هذا غير ممكن. الأولياء والأنبياء جميعاً قالوا: إن جزاء الإحسان هو الإحسان وجزاء السوء هو السوء".[101]

كل الأديان والمعتقدات تؤكد على حتمية القصاص، حتى وإن اختلفت الوسائل في تفسير ذلك.

(طوبى للودعاء. لِأَنَهُم يرثون الأرض. طوبى للجياع والعِطاش إلى البر لأنهم يُشبَعُون. طوبى للرحماء.لِأنهم يُرحَمون. طوبى لِلأنقياء القلب لِأنهم يعاينون الله. طوبى لصانعي السلام لأنهم أبناء الله يدعون) [إنجيل متى 6،11]

(فمن يعمل مِثقال ذرةِ خيرا يرَهُ. ومن يعمل مِثقال ذرةٍ شرا يرهُ) [الزلزلة/7 ،8].

حتى في حالات العجز والضعف التي يختبرها الإنسان يتخلص من المشاعر المؤلمة لمجرد إيمانه المطلق بمبدأ الثواب والقدر. (ولنبلونكم شيء من الخوف والجوع ونقص من الأموال والأنفس والثمرات وبشر الصابرين الذين إذا أصابتهم مصيبة قالوا إنا لله وإنا إليه راجعون أولئك عليهم صلوات من ربهم ورحمة وأولئك هم المهتدون) مع هذا الإيمان المطلق بحكمة الله يختفي لدى المؤمن كل شعور

---

[101]- جلال الدين الرومي ص 13.

بالعجز أو الخوف أو التذمر ويصبح الصبر نوع من السعادة (إنما يوفي الصابرون أجرهم بغير حساب)(الزمر 10)

ففي الديانات هناك مبدأ الثواب على أعمال الخير والعقاب على أعمال الشر حتى لو اختلفت الصورة بين معتقد وآخر.

ولكن الهندوس في البداية لاحظوا من واقع الحياة أن الجزاء أحياناً قد لا يقع، فالظالم قد ينتهي دون أن يُقتص منه، والمحسن قد ينتهي دون أن يلقى الإحسان بالمقابل، ولهذا كانت عقيدة التناسخ عندهم هي المخرج من هذه الشكوك. فالروح الشريرة التي خرجت من الجسم ولا تزال لها أهواء وشهوات مرتبطة بالعالم المادي فلا بد أن تُحاسب في عالمها الجديد، فتنحدر إلى أدنى المستويات، كأن تُصبح حيواناً أو جمادا مثلاً، حسب ما تستحق من قصاص. وحين تكون أعمال الإنسان بعيدة عن كل شهوة أو ميل، وكانت خيرة بعيدة كل البعد عن الآثام والشر، حينها تترقى وتنطلق لتمتزج بالعالم الإلهي وهو عالم السعادة المطلقة.

هل السعادة موروثة كما الجينات؟

نظريات ودراسات كثيرة حاولت التوصل إلى معرفة أسباب تعاسة الناس بطرق عقلانية تحليلية، وإذا كانت أسباب هذه التعاسة لها علاقة بالناحية البيولوجية أو بسبب الأخطاء أو لها علاقة بأفعال من الماضي؛ فهل يمكن أن تنتقل التعاسة عن طريق الجينات مثلاً، تماماً كما تنتقل السمات؟. وهل السجية شيئاً مختاراً اختياراً مطلقاً أم ينطلق من معطيات سابقة؟. "أسئلة يحاول البعض من خلالها معرفة سبب ألمهم: كيف، ومن أين، وما يعنيه، وكيف يؤثر في حياتهم ويتحكم بها. وهم يحتاجون لبذل الجهد كي يبدلوا شعورهم، ويقرروا عدم التصرف بسلبية. وللمضي قدماً بحياتهم عليهم أن يروا أن الأدوات التي أنقذت حياتهم في الماضي، هي القيود التي تكبلهم. وينبغي أن يتوفر لديهم الإيمان والإرادة والشعور بأنه من الممكن أن يتخلصوا من هذه القيود ليتحسن حالهم في نهاية الأمر... الكل يتمنى أن يتحرر من الماضي المؤلم، أو من تاريخ عائلته حين يكون مأساوياً. فنتائج المصائب الماضية التي ترافقنا نود لو يكون لا علاقة لنا بها".[102]
فهل يمكن أن يتخلص الإنسان بفضل الإرادة من تبعات الماضي؟

لقد أوضح بول ريكور وجود تبادل بين الإرادي وغير الإرادي. فأنا حين أقبل أو أرفض شيئاً موجوداً أقبل هذا الاختيار، ولا تتجلى حريتي الشخصية إلا في طراز قبولي أو رفضي؛ قد يتفق تماماً أن تكون اتجاهات سجيتي منقوشة في الجينات التي أدين لها بحياتي... وعلى هذا النحو يمكن أن نعلي من شأن نصيب السجية في نشأة المواقف الأخلاقية الأساسية قدر ما نُعلي، ولكن ذلك لا يحول دون أن

[102]- ذاكرة الجسد ص 118.

تكون هذه المواقف أموراً نختارها اختياراً... رغم تدخل في هذا الاختيار ارتكاسات عميقة على الحوادث التي أعيشها بعمق، على الوسط الذي يجري فيه وجودي، على الكائنات البشرية التي أرتبط بها أوثق الارتباط".[103]

حتى قبل أن يولد الإنسان يمكن أن تتحدد معالم شخصيته، وربما مقدار رفاهيته ومصيره في المستقبل ومن الطبيعي أن " تتأثر صحة الطفل النفسية بتصرفات الأم، وعلى الأخص في السنوات القليلة قبل ولادته. والحقد الذي قد تحمله الأم في صدرها خلال فترة الحمل يعتبر في الحقيقة سبباً في إصابة الطفل بمرض في الأعضاء الموزعة في الرأس، فقد يتطور خلل بالنظر أو السمع. والمصيبة التي تتعرض لها الأم خلال فترة الحمل تجعل الطفل حساساً سريع التأثر. كما أن ذنوب الأم أو أفعالها السيئة تحدد مصير وصحة طفلها القادم. وكذلك الأب يؤثر بقوة على حياة الطفل. فالوالدان ينقلان إلى الأولاد معلومات كاملة مطلقة عن تصرفاتهم وسلوكهم وسلوك أجدادهم، ومن هذه المعلومات المتوارثة يتشكل مصير الطفل، ويتكون جسده وطبعه وروحانيته".[104] وإذا سلمنا بمصداقية هذه النظريات يمكن أن نقول أن تاريخ الإنسان يبدأ قبل أن يتشكل في رحم أمه.

" عندما ندرس وجود شخص ما، لا بد من العودة إلى الطاقة "الخلاقة" ذاك الواقع الذي جعل فكرة إنجابه تظهر في فكر والديه وتاريخهما كي يصبح موجوداُ في لحظة ما حتى قبل أن يُصنع. هذا القول يبدو غريباً ! ولكن من الحكمة أن نبدأ إعادة هذه القراءة انطلاقاً من الأشهر التي سبقت الحمل. فإذا كان الكل متفقاً تقريباً على أن ما يجري خلال المرحلة الجنينية جوهري وأساسي، إلا أن قلة هم من يتخيلون أن الفترة التي تسبق الحمل، الفترة التي حلم فيها الوالدان بإنجاب طفل تلعب دورا هاماً في بناء الشخص وتكوينه. كيف كان والدانا يحلمان بنا؟ وهل حلما بنا؟ وما المشروع الذي وضعاه للطفل الذي سيولد. فقبل أن يصبح لنا

---

[103]- المواقف الأخلاقية ص 10- 11.

[104]- الكارما ص 22.

وجود فعلي بيولوجي حلم بنا أهلنا وتخيلونا، وحين نولد، نولد محملين بهذه الأحلام، وهذه الصور التي شكلوها لأشهر وسنوات، نحن نأتي من مخيلة أهلنا، من عالمهم الفكري والنفسي، ومن وجودهم الخاص، المثقل هو نفسه بالعديد من المعايير الواعية أو اللاواعية والتي ينقلوها إلينا و تنطبع في ذاكرتنا حتى قبل أن نولد، نحن كلنا نحمل إرثاً عائلياً متفاوت الثقل، إرث ندركه نسبياً ويرمي بثقله على حياتنا رغماً عنا، كأسرار العائلة، أوامر الأهل، التكيف التربوي، المبادئ والطقوس، كل هذه الأحداث تبقى في لا وعينا".[105]

إذا كانت الجينات تنقل لنا لون البشرة والعينين والشعر وكل الصفات الخَلقية، لن يكون من المستغرب أن تنقل أيضاً الأحزان أو السعادة، الوداعة أو العنف؛ لا يوجد اليوم خلاف علمي كبير حول الإسهامات الواضحة واقعياً للوراثة في كل عنصر من عناصر الكائن الحي، وهذه حقيقة أصبحت مقبولة على نطاق واسع بالنسبة لمعظم الظواهر السلوكية. ومن الملفت هذا الاتصال بين الخلايا – والذي يظل من أكبر أسرار العِلم – ويعمل بطريقة مذهلة؛ بعض الدراسات تشير إلى وجود موجات إشعاعية تؤثر على الخلية.

"إذا ما افترضنا أن كل جزئية تبث موجة كهرمغناطيسية محددة تلتقطها الجزئية المتلقية عن طريق الصدى، تماماً كما يلتقط جهاز الراديو موجة "أف أم". (الكسندر غورفيتش)– عالم بيولوجيا روسي وضليع أيضاً بالفيزياء – دهش علماء العالم عندما نشر نتائج تجاربه على ما يسميه الأشعة الميتوجينية ، الخيطية الجينية أو الوراثية؛ وبعد ذلك فإن العشرات من الباحثين أكدوا صحة اكتشافاته، عن طريق أجهزة قياس أكثر دقة. وثبت من هذه التجارب أن أعراض التهابات وتسممات كيميائية يمكن أن تنتشر عن طريق الموجات التي تبثها

[105]- ذاكرة الجسد. ص 53.

الخلايا دون احتكاك مباشر. ما معناه أن الخلايا تبث تياراً مشعاً ثابتا وبأن هذا التيار يتغير عند دخول أحد الفيروسات إلى الخلية التي تبدأ عندئذ بالانشطار إلى موجات تنتهي بموت الخلية بشكل شبيه بتصاعد صرخات الألم عند الحيوان. والحمض النووي كما يراه العالِم هو قبل كل شيء مستقبل ومرسل لموجات كهرمغناطيسية متماسكة نوع من لايزر بيولوجي حقيقي".[106]

الكثير من الدراسات التي يقوم بها علماء الطاقة تحاول الدمج بين إدراك الضمير والصحة الفيزيائية، فعلاقة الناس مع بعضهم البعض بما فيها من محبة أو انفعال أو غضب كلها تؤثر على الأبنية الحقلية أو ما يسمى (الكارما)، وهذه الأحاسيس تصبح قوية ومؤثرة، إلى درجة أنها قد تؤثر على الأبناء والأحفاد، وبالتالي كلما كانت الروح منهارة كلما تدهورت في المستقبل صحة الأحفاد الفيزيائية والروحانية.

" يفترض قانون (الكارما) أن لأي فعل متعمد نتيجته الخاصة التي تلاحق الفاعل حتى في ما بعد الموت، وتؤمن ديانات الهند جميعاً بقوة تأثير الكارما – أي تأثير الفعل– كما تؤمن بالنفس أو الروح التي تنتقل مع أفعالها من ميلاد إلى آخر. وعندما تنشط الجزئيات التي تألف أعضاء الذهن والجسم والكلام فإنها تُحدث ذبذبات (يوجا) في الروح، وتجذب المادة الكارمية التي تملأ المكان. وإذا كانت الروح تحركها الانفعالات الطاغية كالولع والنفور وتنغمس في أفعال شريرة، فإن المادة الكارمية تمتصها الروح كما تمتص الملابس المبتلة الغبار. وعلى سبيل المثال: إخفاء المعرفة خوفاً من الحسد يجذب الكارما التي تعمل على غموض المعرفة، التي ستؤدي بدورها إلى نقص في ذكاء ذلك الشخص عند نضوج تلك الكارما. والرحمة والإشفاق على الذات سوف يظهران الكارما التي تنتج الشعور الذي يتسبب في إحداث مشاعر سارة ومشاعر غير سارة على التوالي، والانفعالات الحادة والطاغية تُحدث الكارما المضللة للسلوك والتي تُحدث بدورها

[106]- الخطر الخفي ص 230 – 232.

نقصاً في مقاومة الأفعال الشريرة. ويُقال أن ذم الآخرين ومدح الذات هو الذي تنتج عنه الكارما التي تخلق الأوضاع الاجتماعية المتدنية، أما الكارما المعوقة فهي تقف حجر عثرة في طريق نجاح أي مشروع. وتظل الكارما التي جاءت على هذا النحو مغروسة داخل الروح – إن صح التعبير – أحياناً لبضع لحظات فحسب وأحياناً تستمر دهراً منتظرة حتى يأتي وقت نضجها، ثم تمتصها مرة أخرى سلسلة جديدة من الانفعالات لأفعال"[107] هذا موضوع معقد ولكن أصبح جلياً عند علماء البيولوجيا أن القصة الحقيقية لتطور الإنسان محفورة في المادة الوراثية للخلية، إذ بها سر الحياة.

" الهندوس يرفضون أكل اللحمة لأنها تحتوي على الدم الذي يعتبر برأيهم حافظاً للمعطيات عن حياة الجسم الفيزيائي، وتضم هذه المعطيات جميع المعلومات عن أمراض هذا الجسد وأحاسيسه وكذلك الانفعالات التي تعاني منها الحيوانات خاصةً عند الذبح... لقد كان أجدادنا أكثر وعياً وعلماً عما نحن عليه اليوم، فلقد كانوا يتضرعون إلى الله ويصلون ويطلبون العفو والمغفرة قبل قيامهم بذبح الحيوانات، اعتقاداً بأنهم يحاصرون بذلك جميع النتائج السلبية التي يقوم الناس بفعلها من دون أي تفكير. وكذلك تبين أن المعلومات تدخل أثناء الطعام بكل سهولة إلى الضمير، وعلى هذا المبدأ وجدت في الماضي طقوس القرابين، وإذا كان الكاهن يفكر أثناء عملية تقديم القرابين بأعماله ومشاكله الأرضية فإن ذلك لا يُعتبر قرباناً بحال من الأحوال. توجد في كل إنسان نفس وفطرة وشيء ما إنساني وحيواني، ويجب أن يحصل الجسد في الحالة العادية على غذائه من النفس، والنفس من الروح، والروح من الرب. ولا يُسمح بإلغاء أية حلقة من هذه السلسلة،

---

[107]- المعتقدات الدينية لدى الشعوب ص 228.

فالحياة موضوعة وفق مبدأ البدائية بإشباع الجسد فقط بالطعام من دون التفكير بالأمور الأخرى"[108].

ويقول فيثاغورس: " يبغض الله الأشياء الدموية، وإهراق الدماء تدنيس للأشياء الأكثر سمواً.

ليس لنا الحق أن نشك بأن الحيوانات لديها أرواحاً، الشيء عينه كما للإنسان، لهذا السبب وخشية أن يتغلب الهوى على تقواك، أحذرك، لا تُكره أرواح المخلوقات الشقيقة على إخلاء مكانها بقتل آثم، ولا تدع أن تُرضي حياة على حساب حياة أخرى. وكما يقول أورفيوس: الدم هو الحياة، إنه هبة من الله في الأعالي. من أجل ذلك لا يجب إهراق دم أي مخلوق. الحيوانات لها الحق كي تعيش مثلما يمتلك الرجال هذا الحق. ولا ينبغي على أخ أن يهرق دم أخيه الإنسان، لأن هذا العمل بغيض في نظر الله والإنسان. – ويقول أيضاً– لا يوجد شر يمكنه أن يكون أسوأ من العنف. إن أمد الإصلاح المتأثر بالعنف وسفك الدماء ينجز القليل وهو ذو أمد قصير... بالعنف وسفك الدماء تدخل الشرور الجديدة للمجتمع وهي مهلكة أكثر من الشرور الأخرى التي أُخمدت... يحتوي العنف وسفك الدماء البذور للكوارث المستقبلية التي لا تنتهي أبداً".[109]

هذا الكلام ليس مجرد أوهام أو سفسطة، فالعلم اليوم لا ينفي أن هرمون الأدرينالين يسبب ردود فعل عنيفة، فتتسارع دقات القلب وتتقلص العضلات، وهذا الهرمون يرتفع بشكل واضح في دم الأشخاص الذين يكثرون من تناول اللحوم، فالحيوان حين يشعر بخطر الذبح يصاب بالذعر وتتقلص عضلاته وترتفع نسبة الأدرينالين في دمه، وحين يتناول الإنسان اللحم يكون قد أخذ نسبة عالية من هذا الهرمون.

---

[108]- الكارما ص 149.

[109]- سلسلة الحقيقة الخالدة ص 94- 168.

ونظرية أخرى تؤكد " بأن أكل اللحم يثير أكثر ما يثير الأعصاب السمباتوية، فيزداد إفراز الغدة الدرقية هرمونها المحرك، ويزيد المزاج نشاطاً وعزماً ومهاجمة، في حين أن الغذاء النباتي يثير أكثر ما يثير مجموعة العصب التائه الذي يعصب الغدد التي تفرز الإنسولين و الشولين ويهدئ المزاج ويميزه بالجنوح إلى المسالمة.

جميع النساك على أساس عقلي أو ديني يمتنعون عن أكل اللحم، ونضرب لذلك مثلاً المهاتما غاندي الذي بدل بمبادئه وتعاليمه التي اكتسبها من نهج تغذيته وجه التاريخ في بلاده الهند وفي الكثير من بلاد العالم"[110].

"وعن الإمام الرضا في الرسالة الذهبية، قال: "الإكثار من أكل لحوم الوحش والبقر يورث تغير العقل وتحير الفهم وتبلد الذهن وكثرة النسيان". وأبن إسحاق قال: من تملأ من الطعام ساء غذاء بدنه، وأشرت نفسه، وقسا قلبه، فإياكم وفضول الطعام فإنه يوسم القلب بالقسوة ويصم الأذن عن سماع الموعظة"

وعن الإمام الصادق " البطن إذا شبع طغى"."[111]

مواضيع لا يسعنا الإحاطة بما تحمله من نظريات، وكل ما نريد قوله في هذا الموضوع هو الصلة ما بين هذه الأفكار وما بين الاستقرار النفسي والسكينة التي طالما قيل عنها أنها السبيل الأول لتحقيق السعادة.

أو كما جاء على لسان بوذا قبل آلاف السنين: "إن كل الآلام والأمراض التي تصيب الإنسان في الدنيا هي نتيجة أخطائه وشهواته وإهماله"[112]

[110]- أخطاء التمدن في التغذية ص 273- 272.

[111]- طب الأئمة ص 251 – 253-255.

[112]- أخطاء التمدن في التغذية ص 7.

الخاتمة

ويبقى السؤال؟ هل هناك ما يبعث على الأمل في عالمنا الذي افترست الحروب والطغيان أحلامه؟!

وللإجابة يعجبني قول عطاء الله السكندري: "ربما أفادك في القبض ما لم تستفده في إشراق شمس البسط".

المعاناة خبز الحياة، وكل أزمة خبرة يجب أن لا ننظر إليها على أنها الشحوب أو النهاية، كيف يمكن أن تشرق الشمس دائما دون أن تغيب، دائما بعد الظلام يأتي النور. ليل هذه الأحزان والحروب والتشرد والعوز سينجلي. إرادتنا كفيلة بتحقيق سعادتنا، ماذا يجدينا لو غرقنا في مآسينا؟ أو أنهك الدمع مآقينا! وحدهم المتفائلون هم الذين يغيرون الواقع، حتى وإن كان الواقع مأساوي. كل إنسان قادر على نيل السعادة إذا حكّم عقله وتمسك بالفضيلة، ولكن نحن نتعس لأننا نريد أن تأتينا كل الأمور جاهزة. ليتنا نكون مثل الطيور ترحل مع مطلع النهار ولا تجمع من الغابة الثمار ولا تدخر للترحال نقود.

أصبحت على يقين بأن السعادة ليست إلا الفكر الراقي المتحرر من العلائق المادية الخانقة؛ ولا شيء أكثر من الفكر المتوجه نحو المطلق الروحي يستطيع أن يحمي الإنسان من السقوط والمخاوف.

الفكر المتصلب أو المتحجر هو الخطر الأكبر. والتضليل الذي يعتمده هؤلاء في مناهجهم هو خلف الكوارث والمصائب، لم يعد الفكر فكر إنساني هادف للخير، ولكنه بات اليوم فكر التسويق والتملق أصبح فكر الأنانية الذي يحمل صاحبه على أن يدوس الناس ويسحقهم كي يصل إلى مآربه الخسيسة، أصبح

فكر الهيمنة الاستعمارية، والجدل العقيم لصرف النظر عن الحقائق الموضوعية، وضياع الوقت في المهاترات. أين هو الفكر الذي يرشد الناس في شؤون الحياة؟

السعادة ليست ببقاء الإنسان جاهلًا متعاميًا عن ما يحصل، فالجاهل الذي اختار أن يبقى في الظلام لا يستطيع أن يحكم على الأمور بتعقل، وكلما كانت الأحكام مزاجية وغير واقعية وغير منسجمة ، كلما كانت عائقاً أمام تحقيق الخير والاستقرار والسعادة.

لا شيء يمنح السعادة أكثر من الخير؛ "إن اعتبار الخير الحاضر يثير في نفوسنا الفرح، كما أن اعتبار الشر يثير الحزن، وذلك حين نتصور هذا الخير أو هذا الشر كأمر خاص بنا. .. فإن الخير الذي حققناه بأنفسنا يعطينا رضا داخلي، هو أعذب كل الانفعالات، في حين أن الشر يثير الندم وهو أمر كل الانفعالات".[113]

"الفرح هو انفعال للنفس مبهج... يأتي من الاعتقاد بأننا نملك خيراً معيناً. وأما الحزن فيأتي من الاعتقاد بأننا نملك شراً أو سوءاً أو نقصاً".[114]

---

[113]- انفعالات النفس ص 49.

[114]- نفس المرجع انفعالات النفس ص 62 – 63.

المصادر والمراجع

- القرآن الكريم.
- الكتاب المقدس.
- أحمد شلبي، أديان الهند الكبرى، مكتبة النهضة المصرية، الطبعة الخامسة، القاهرة، 1979.
- أكرم زيدان، سيكولوجيا المال، عالم المعرفة،الكويت، 2008.
- أديب صعب، المقدمة في فلسفة الدين، دار النهار للنشر، الطبعة الثانية، بيروت، 1995.
- أبنا بسطام النيسابوريين، طب الأئمة، دار المحجة البيضاء،الطبعة الثالثة، بيروت، 2003.
- ألكسندرا ماسي، نعم للغذاء لا للمهدئات، دار الفراشة، بيروت، 2007.
- أمين رويحة، النباتيون ومنهجهم في التغذية، دار القلم، بيروت.
- أمين رويحة، أخطاء التمدن في التغذية، دار القلم، الطبعة الأولى، بيروت، 1980.
- أحمد عليان، جدلية العلاقة بين الفلسفة والأدب، دار المنهل اللبناني، 2000.
- أندريه جيد ، دوستويفسكي مقالات ومحاضرات، منشورات عويدات، بيروت، 1988.
- برتراند رسل، أسس لإعادة البناء الاجتماعي، المؤسسة الجامعية للدراسات والنشر، بيروت، 1987.
- باتريك هولفورد، العلاجات المعجزة للصحة النفسية، دار الفراشة، بيروت، 2009.
- توماس باركر بويد، الطرق العقلية السريعة، دار رسلان، دمشق، 2012.
- جون كين، العنف والديمقراطية، وزارة الثقافة، دمشق، 2011.
- جان بيار لانتان، الخطر الخفي، دار الفراشة، بيروت، 2004.
- جون هارتلي، الصناعات الإبداعية، عالم المعرفة، الكويت، 2007.
- جفري بارندر، المعتقدات الدينية لدى الشعوب، مكتبة مدبولي، الطبعة الثانية، القاهرة، 1996.
- جورج ليشع، إطالة الحياة وسر الشباب الدائم، طبعة أولى، 1993.
- جنفييف بيهرند، كيف تعيش الحياة وتحبها، دار رسلان، دمشق، 2012.
- سامي أحمد الموصلي، العلاج الإيماني، دار النفائس، الطبعة الأولى، بيروت 2001.
- سلسلة مراجع قاموس الفلسفة ، مكتبة أنطوان، بيروت، 1991.
- دايل كارنيجي، دع القلق وابدأ الحياة، المكتبة الحديثة، بيروت.

- ريتشارد نيد، لماذا تتحارب الأمم، عالم المعرفة، الكويت، 2013.
- روجيه ميل، المواقف الأخلاقية، منشورات عويدات، بيروت، الطبعة الأولى، 1987.
- رواند بايرون، دار الأوائل، الطبعة الأولى، دمشق، 2008.
- رينيه ديكارت، انفعالات النفس، دار المنتخب العربي، بيروت، 1993.
- عبد الرحمن بدوي، فلسفة العصور الوسطى، الطبعة الثالثة، 1979.
- عبد الرحمن بدوي، الزمان والوجود، دار الثقافة، الطبعة الثالثة، بيروت، 1973.
- عبد الأمير شمس الدين، الفلسفة التربوية عند إخوان الصفاء، الشركة العالمية للكتاب بيروت، 1988.
- عبد الرحمن بدوي، الأخلاق النظرية، وكالة المطبوعات، الطبعة الثانية، الكويت، 1976.
- غريغ أندرسون، مبادئ الحياة السليمة، مطبعة اليازجي، دمشق، 1999.
- فيثاغورس، سلسلة الحقيقة الخالدة، دار الضحى للنشر، بيروت.
- ماهر سقا أميني، جلال الدين الرومي، دار النفائس، بيروت، 2005.
- محمد أبو ريان، تاريخ الفكر الفلسفي في الإسلام، دار النهضة العربية،الطبعة الثانية.
- ميريام بروس، ذاكرة الجسد تشفيك، دار الفراشة، بيروت، 2010.
- مهدي فضل الله، فلسفة ديكارت ومنهجه، دار الطليعة، طبعة ثالثة، بيروت،1996.
- مصطفى كامل، الفارابي، مكتبة الهلال، بيروت، 1979.
- محمد مقدس، الإسلام سبيل السلام، دار الفردوس، طبعة أولى، بيروت 1991.
- محمد الخطيب، قضية الفلسفة، دار الطليعة، الطبعة الأولى، دمشق، 1998.
- مايكل أرجايل، سيكولوجيا السعادة، عالم المعرفة، الكويت، 1993.
- مارتن هيدغر، التقنية الحقيقة الوجود، المركز الثقافي العربي ، بيروت، 1995.
- محمد حسن، تيارات الفلسفة الشرقية، دار علاء الدين، دمشق،1999.
- ندا ذبيان، العنف المقنع، دار رسلان، دمشق، 2013.
- نيكولاس وايت، السعادة موجز تاريخي، عالم المعرفة، الكويت، 2013.
- نسيبة عبد العزيز المطوع، قصة الإنسان، الكويت، 2009.
- ن لازيريف، الكارما، تشخيص الكارما، دار علاء الدين، الطبعة الأولى، دمشق، 2000.
- هج كريل، الفكر الصيني، الهيئة المصرية العامة للتأليف والنشر،1971.
- يوسف كرم، تاريخ الفلسفة اليونانية، دار القلم، بيروت.
- مجلة الآداب العالمية العدد 157، اتحاد الكتاب العرب، دمشق، 2014.

- مجلة الثقافة العالمية، العدد 151، الكويت، 2008.
- مجلة عالم الفكر العدد 36، الكويت، 2007.
- مجلة عالم الفكر العدد 35، الكويت 2006.

تعريف بالمؤلفة

الكاتبة: **ندا ذبيان**

- أديبة وباحثة اجتماعية
- من مواليد لبنان 1962/9/4
- حائزة على دبلوم خبرة في علم السكان من الجامعة اللبنانية
- حائزة على إجازة الفلسفة من الجامعة اللبنانية
- خبيرة في شؤون ومشاكل الأسرة
- عضو اتحاد الكتاب اللبنانيين
- عضو اتحاد الكتاب العرب جمعية البحوث فرع دمشق
- صدر للكاتبة:
- ابتهالات على ضوء القمر
- مع حفيف أوراق الخريف
- عند اكتمال القمر
- الطلاق ومشكلات الزواج
- الدراسات السكانية– مناهج – فلسفات – تناقضات
- العنف المُقنع (العنف السياسي– العنف الاجتماعي– الدين والعنف)
- بريد الكتروني: Nada_zebyen@hotmail.com

الفهرس